أســرار خاصه للرجال
أسلامياً وعلمياً

الشيخ / بكر محمد إبراهيم (أبوهيثم)

راجعه الأستاذ

طارق حبيبة

المكتبة المحمودية

ميدان الأزهر

ت : ٥١٠٣٠٦٧

رقم الإيداع ٣١٩٨ / ٢٠٠٠

دار البيان للطباعة
تليفون وفاكس : ٢٩٦٧١٨٨

المقدمة

الحمد لله وحده والصلاة والسلام على من لا نبى بعده ، اشهد أن لا إله إلا الله وأن محمد رسول الله .

وبعد ،،،

هذا الكتاب يحوى أسرار خاصة للرجال من الناحية الدينية والعلمية والكثير من المعلومات الصحية التى تهم الرجل عند اختيار زوجته كما يحتوى علي أهمية القوة الجنسية عند الرجل وكيف يمكن معالجة الضعف الجنسى بالعديد من الطرق العلمية وكذلك يحوى علي الغذاء المناسب لمعالجة الضعف الجنسى للرجل والأوقات المناسبة لممارسة الجنس بين الزوجين والأوقات غير المناسبة لذلك .

فهذا الكتاب دستور للرجل من ناحية الطهارة الجسمية والجنسية والشفاء من العلل والأمراض النفسية .

أرجو أن ينتفع به الأخوة المسلمون ويكون عون لهم بالتزود بالمعارف النافعة وقد وضعته بأسلوب علمي ومن وجهة نظر دينية وبطريقة مهذبة دون إثارة .

إن أريد إلا الاصلاح ما استطعت وما توفيقى إلا بالله .

المؤلف

بكر محمد ابراهيم

الإسلام لاينهى عن ذات الجمال

إن الجمال مطلوب ولكن المفروض أن لا يكون هو الاختيار الوحيد .

جاء رجل إلى النبى (ﷺ) فأخبره أنه تزوج امرأة من الأنصار فقال له (ﷺ) : أنظرت إليها ؟

قال الرجل : لا . فقال (ﷺ) له : فاذهب فانظر إليها فإن لأعين الأنصار شيئاً . (صغر) .

(رواه مسلم – والنسائى ، وابن ماجة ، وأحمد ، وابن حبان) .

وخطب المغيرة بن شعبة امرأة ، فقال النبى (ﷺ) : «انظر إليها فإنه أحرى أن يؤدم بينكما» (رواه أحمد ، والترمذى ، والنسائى وابن ماجة ، والدرامى ، وابن حبان» .

وجاءت امرأة للنبى (ﷺ) فعرضت عليه نفسها ليتزوجها ، فنظر إليها النبى (ﷺ) فصعد النظر إليها وصوبه ، ثم طأطأ رأسه ، فلما رأت أنه لم يقض منها شيئاً جلست.(رواه البخارى ١٥٢٦) .

وأرسل النبى (ﷺ) أم سليم تنظر إلى امرأة فقال لها : «شمى عوارضها وانظرى إلى عرقوبيها» .

(العوارض : الأسنان فى عرض الفم – رواه أحمد ، والبزار ورجاله ثقات . والحاكم (١٦٦/٢ ، والبيقى ٨٧/٧) .

وإنما ينكر الإسلام أن تطغى مراعاة القيم المادية على الدين ، وينهى عن اختيار المرأة الجميلة فاسدة الدين سيئة الخلق .

وفى حديث ابن عمر أن رسول الله (ﷺ) قال : «لا تزوجوا النساء لحسنهن فعسى حسنهن أن يرديهن ، ولا تزوجوهن لأموالهن فعسى أموالهن أن تطغيهن ، ولكن تزوجوهن على الدين ، ولأمة خرماء سوداء ذات دين أفضل» (رواه ابن ماجة (١٨٥٩) ، والبيهقى (٨٠/٧) بسند ضعيف) .

وفى حدث آخر : «من تزوج امرأة لعزها لم يزده الله إلا ذلاً ، ومن تزوجها لمالها لم يزده الله إلا فقراً ، ومن تزوجها لحسنها لم يزده الله إلا دناءة ، ومن تزوج امرأة لم يرد بها إلا أن يغض بصره ويحصن فرجه أو يصل رحمه بارك الله له فيها ، وبارك لها فيه .

(الحلية ٢٤٥/٥) ، والطبرانى فى الأوسط بسند ضعيف (مجمع الزوائد (٢٥٤/٤) .

أمور مباحة

جواز عرض البنات والأخوات على أهل الصلاح والتقوى .

جواز عرض المرأة نفسها على الرجل الصالح .

حق المرأة المطلق فى اختيار زوجها .

وقد اشترط الإسلام أخذ رأى الفتاة - بكراً كانت أم ثيباً . فى زوجها ، فليس لأحد أن يكرهها على الزواج بمن يزكيه لها ، لأن الحياة الزوجية لايمكن أن تقوم على القسر والإرغام .

قال (ﷺ) : «أمروا النساء فى أنفسهن ، فإن الثيب تعرب عن نفسها ، وإذن البكر صمتها» (الطبرانى ورجاله ثقات مجمع الزوائد (٢٧٩/٤) .

وعن ابن عباس (رضى الله عنه) قال : «الأيم أحق بنفسها من البهاء والبكر تستأمر فى نفسها» (رواه مسلم ، وأبو داود ، والترمذى ، والنساء وابن ماجة والدرامى ، وأحمد) .

والأيم هى التى سبق لها الزواج وتسمى ثيباً .

وقد كفل الإسلام للمرأة حق الاعتراض على زواجها إذا استبد ولى أمرها وأكرهها . فقد صح أن خنساء بنت خذام الأنصارية قد زوجها أبوها وهى ثيب فكرهت ذلك . فأتت رسول الله (ﷺ) فرد نكاحها (رواه البخارى (٥١٣٨-٥١٣٩) وأبو داود (٢١٠١).

وعن ابن عباس قال : إن جارية بكراً أتت النبى (ﷺ) فذكرت له أن أباها زوجها وهى كارهة ، فخيرها النبى(ﷺ) .

(رواه أحمد ٣٦١/١) ، وأبو داود (٢٩٦) ، وابن ماجة (١٨٧٥) .

كيف تختار زوجتك

من الأسس الكريمة التى بينها النبى (ﷺ) لاختيار الزوجة أن يتم تفضيل ذات الدين على غيرها .

قال (ﷺ) : «تنكح المرأة لأربع : لمالها ، ولحسبها ، ولجمالها ، ولدينها، فاظفر بذات الدين تربت يداك » (رواه البخارى ، ومسلم ، وأبوداود ، والنسائى ، وابن ماجة ، والدارمى ، وأحمد ، والبيهقى ، وابن حبان) .

فلا تفضل الجميلة أو الغنية على ذات الدين وإن جمعت امرأة بين الدين والمال والجمال فبها نعمت وإلا فتفضل ذات الدين .

لأن ذات الدين هى الأقدر على حفظ نفسها ومال زوجها ورعاية بيته وعيالها وهى الأجدر بأداء الواجبات المنوطة بها ومعرفة حقوقها .

فالإسلام قد حرص على أن تكون الزوجة ذات دين وأصل طيب ، ومن أسرة مؤمنة صالحة ، لأن أخلاق المرأة تتأثر بالبيئة التى نشأت فيها وتربت فى أحضانها ، كما أن أولادها يرثون عنها الكثير من أخلاقها وطباعها .

وفى حديث عائشة أم المؤمنين عن النبى (ﷺ) قال : «تخيروا الأكفاء لنطفكم ، فانكحوا الأكفاء ، وأنحكوا إليهم» (رواه ابن ماجة ، والدارقطنى وصححه الألبانى (١٠٦٧) .

كيف تختارين زوجك

إن على أهل الزوجة أن يحسنوا اختيار الشريك الآخر ، ويطمئنوا لدينه وأخلاقه وأحواله النفسية قبل الشروع فى إتمام الزواج ، والصراحة وحسن الاختيار فى البداية حتى لايفشل الزواج . وللأسف نرى كثيراً من الأسر كل همها فى خطيب الفتاة هو المال والمال وحده ولا يسألون عن مصدره إن كان من حل أم حرام .

تفضيل البكر عند الاختيار

رغب النبى (ﷺ) فى الزواج من الأبكار ، كما فى حديث جابر (رضى الله عنه) قال: كنت حديث عهد بعرس ، فقال لى رسول الله (ﷺ) : «أبكراً أم ثيباً؟» .

فقلت : ثيباً .

فقال (ﷺ) : «لم لا تزوجت بكراً تلاعبها وتلاعبك؟» .

(البخارى (٥٠٧٩) ، ومسلم (٢٧١٥) ، وأبوداود (٢٠٤٨) ، والنسائى (٦٠/٦٥) ، وابن ماجة (١٨٦٠) ، الدارمى (٢٢١٦) ، وأحمد (٣/٩٤) ، وابن حبان (٧٠٩٤) .

والإسلام فى حثه الشباب على التزوج من الأبكار إنما اختار ما يناسب الفطرة الإنسانية ، فالبكر تأنس بأول أليف لها ، أما الثيب فإنها تقارن بين زوجها الجديد وبين زوجها السابق ، وقد تحب عند زوجها السابق ما ليس عند زوجها الحالى ، مما يدفعها إلى النفور منه .

وفى حديث عائشة أنها سألت النبى (ﷺ) : أرأيت لو نزلت وادياً وفيه شجرة قد أكل منها ، ووجدت شجرة لم يؤكل منها ، فى أيهما كنت ترتع بعيرك ؟ .

فقال (ﷺ) : «فى التى لم يُرتع منها» .

تعنى أنه (ﷺ) لم يتزوج بكراً غيرها (البخارى ٥٠٧٧) .

وفى حديثه (ﷺ) قال : عليكم بالأبكار ، فإنهن أعذب أفواها ، وأنتق أرحاماً وأرضى باليسير» (ابن ماجة ١٨٦١) .

وزاد فى رواية عن جابر عند الطبرانى : «وأقل طيّاً» مجمع الزوائد (٤/٢٥٩) بسند ضعيف .

ذكره عذوبة الأفواه إشارة إلى عفة اللسان ، وطيب الكلام ، وذلك لما يغلب على البكر من الحياء .

أنتق أرحاماً : أى أكثر وأكمل استعداداً للحمل والولادة .

وأقل طيّاً : أى أقل مكراً وخديعة ، وذلك لما جبلت عليه من سذاجة التفكير وبراءة القصد ولقلة تجاربها فى الحياة فهى لا تعرف حيلة ولامكراً ، ولاتحسن المكيدة والتدبير.

حق الزوجة على الزوج

عن حكيم بن معاوية عن أبيه أنه سأل رسول الله (ﷺ) : ماحق زوج أحدنا عليه؟

قال : «أن تطعمها إذ أكلت ، وتكسوها إذا اكتسيت ، ولاتضرب الوجه ، ولاتقبح ، ولاتهجر إلا فى البيت..» الحديث .

(رواه أحمد ، وأبوداود ، والحاكم) .

أهم الحقوق الواجبه على الزوج تجاه زوجته

١- حسن المعاشرة .

قال تعالى : ﴿ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ ﴾ (النساء : ١٩) .

وفى حديث حجة الوداع عن النبى (ﷺ) : «استوصوا بالنساء خيراً فإنهن عوان عندكم – إلا إن لكم على نسائكم حقاً ، ولنسائكم عليكم حقاً ، فحقهن عليكم أن تحسنوا إليهن فى كسوتهن وطعامهن ، وحقكم عليهن ألا يوطئن فرشكم من تكرهون ، ولا يأذن فى بيوتكم لمن تكرهون » .

وقال (ﷺ) : «إذا أراد الله عز وجل بأهل بيت خيراً أدخل عليهم الرفق [1] . وقال: من يحرم الرفق يحرم الخير كله .

وفى حديث أبى هريرة عن النبى (ﷺ) قال :

استوصوا بالنساء خيراً فإنهن خلقن من ضلع و إن أعوج شىء فى الضلع أعلاه ، فإن ذهبت تقيمه كسرته ، وإن تركته لم يزل أعوج ، فاستوصوا بالنساء خيراً .

فى الحديث الندب إلى الموارة مع النساء والعفو عنهن والصبر على عوجهن ، وأنه لايتم الاستمتاع بهن إلا بالصبر عليهن .. ، وفيه أيضاً ملاطفة النساء ، والإحسان إليهن ، واحتمال ضعف عقولهن .

(١) رواه أحمد (٧١/٦ ، ١٠٤ ، ١٠٥) عن عائشة بسند صحيح (مجمع الزوائد ١٩/٨) .

(٢) رواه مسلم ، وابن ماجة ، وأحمد ، عن جرير بن عبدالله البجلى .

(٣) البخارى ومسلم وأحمد ، والدارمى والبيهقى ، والحاكم (١٧٤/٤) .

والمرأة سريعة الانفعال والغضب وتقلب الرأى والمزاج .

والمرأة مرهفة الحس - بفطرتها - رفيعة الشعور ، جياشة العاطفة سريعة التأثر ، وهى على إحساس دائم بأنها مرؤوسة لا رئيسة ، ومن حقها، على زوجها ألا يشتد عليها إذا غضب ، وأن يعاملها بالرفق والين ، وأن يتحمل منها الأذى المحتمل فى حلم وهوادة وصبر ، مالم تنتهك حرمات الله ، وأن يقتدى فى سيرته معها برسول الله (ﷺ) فقد صح أن أزواجه كن يراجعنه الكلام ، وتهجره الواحدة منهن يوماً إلى الليل .

(رواه البخارى (٥١٩١) ، وابن حبان (٤١٧٥) .

وقال (ﷺ) : لا يفرك أى : لا يبغض - مؤمن مؤمنة . إن كره منها خلقاً رضى منها بآخر . (رواه مسلم (١٤٦٩) ، وأحمد (٣٢٩٢) عن أبى هريرة .

وفى بعض الأحاديث أنه جرى بين رسول الله (ﷺ) وعائشة كلام حتى دخل أبوبكر الصديق (رضى الله عنه) حكماً بينه وبينها ، فقال لها رسول الله (ﷺ) : تكلمى أو أتكلم ؟ فقالت : تكلم أنت ولا تقل إلا حقاً ، فلطمها أبوبكر (رضى الله عنه) حتى أدمى فاها ، وقال : أو يقول غير الحق ياعدوة نفسها؟! فاستجارت برسول الله (ﷺ) وقعدت خلف ظهره ، فقال النبى (ﷺ) لأبى بكر : «إنا لم نَدْعُك لهذا ، ولم نرد منك هذا» .

(الطبرانى فى الأوسط والخطيب فى تاريخه عن عائشة بسند ضعيف - تخريج العراقى للإحياء (٢/٦٩)) .

٢- العدل بين الزوجات :

من حق الزوجة أن يعدل زوجها فى حقها ، وفى حديث رسول الله (ﷺ) : من كانت عنده امرأتان فلم يعدل بينهما جاء يوم القيامة وشقه ساقط وفى رواية «وشقه مائل» .

(أحمد ، وأبو داود ، والترمذى ، والنسائى ، وابن ماجة ، والحاكم ، والدرامى ، وابن حبان (٤١٩٤)) .

وكان النبى (ﷺ) يقسم بين نسائه فيعدل بينهم فى الكسوة والنفقة والمبيت والتودد، ويقول : «اللهم هذا قسمى فيما أملك ، فلا تلومنى فيما تملكه ولا أملكه» (١) -. أى : الميل القلبى .

ويشمل هذا العدل بين الزوجات العدل بين أولاد كل منهن .

وقد ادعى بعض الملاحدة والزنادقة أن تعدد الزوجات محرم فى الإسلام لاشتراط الإسلام العدل بين النساء ، ثم قول الله تعالى : ﴿وَلَن تَسْتَطِيعُوا أَن تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ﴾ (النساء آية : ١٢٩).

فيقولون : أمر الإسلام بالعدل بين الزوجات ونفى إمكانية قيام العدل بينهن وبذلك يكون قد حرم تعدد الزوجات .

وكما فهمنا من الحديث السابق فإن العدل المقصود بين الزوجات هو العدل المادى فى الطعام والشراب والسكن واللباس ، والعدل المنفى هو العدل القلبى وهو ميل القلب لمحبته واحدة أكثر من الأخرى .

والقائل بتحريم تعدد الزوجات فى الإسلام منكر لأيات ﴿ فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُم مِّنَ النِّسَاءِ مَثْنَىٰ وَثُلَاثَ وَرُبَاعَ ﴾ (النساء الآية :٣) ، ومعارض لسنة النبى (ﷺ) . القولية والفعلية والتقريرية فى زواجه من أكثر من زوجة وأمره بكثرة الزواج والإنجاب وإقرار الصحابة على تعدد الزوجات ثم إن هذا المنكر للتعدد يخطئ الصحابة والتابعين والأمة جمعاء والتى أجمعت على جواز التعدد من لدن رسول الله (ﷺ) وإلى الآن .

٣- المداعبة والملاطفة :

إن المداعبة والملاطفة للزوجة يطيب قلبها ، ويحسن العشرة بينها وبين زوجها وقد صح فى الحديث : أن رسول الله (ﷺ) كان يسابق عائشة أم المؤمنين فسبقها مرات ، وسبقته هى فى مرات أخرى .

(رواه أحمد ، وأبوداود ، وابن ماجة عن عائشه) .

---

(١) رواه أحمد ، وأبوداود ، الترمذى ، وابن ماجة ، والحاكم ، وابن حبان والدارمى عن عائشة .

ويجب على الزوج أن لا يتبسط فى الدعابة ولين الخلق إلى حد يفسد خلق الزوجة ويسقط هيبته عندها ، فلا يتغاضى إذا رأى منها ما يخالف الشرع .

٤- النفقة على الزوجة وأولادها :

والنفقة واجبة على الزوجة - حتى وإن كانت الزوجة غنية - فعليه طعامها وكسوتها من غير إسراف ولا تقصير بحسب قدرته .

قال تعالى : ﴿ **لِيُنفِقْ ذُو سَعَةٍ مِّن سَعَتِهِ وَمَن قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنفِقْ مِمَّا آتَاهُ اللَّهُ لا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلاَّ مَا آتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا** ﴾ . (الطلاق - ٧) .

وقال (ﷺ) : كفى المرء إثماً أن يضيع من يقوت .

(رواه أحمد ، وأبو داود ، وابن حبان (٤٢٢١) عن عبدالله بن عمرو .

٥- الإشباع الجنسى للزوجة لإعفافها :

ومن واجبات الزوج مراعاة الحقوق الجنسية للمرأة ، فلا يهجرها بلا سبب يبيح له ذلك ، لما فيه من ظلمها ، حتى وإن كان هجرانها بدعوى الانقطاع للعبادة فغير جائز شرعاً .

وعن عبدالله بن عمرو بن العاص (رضى الله عنهما) قال : قال رسول الله (ﷺ) : «ياعبد الله ! ألم أخبر أنك تصوم النهار وتقوم الليل؟ ».

قلت : بلى يارسول الله .

فقال (ﷺ) : لاتفعل ، صم وأفطر ، وقم ونم ، فإن لجسدك عليك حقاً ، وإن لعينك عليك حقاً ، وإن لزوجك عليه حقاً (البخارى (٥١٩٩)) .

قال ابن بطال : لا ينبغى للزوج أن يجهد نفسه فى العبادة حتى يضعف عن القيام بحق زوجته من الجماع والاكتساب» (فتح البارى (٩/ ٢١٠) .

٦- عدم ضرب الزوجة ضرباً مبرحاً :

لعل أخبث ما يتخذه أعداء الإسلام ذريعة للطعن فى دين الله زعمهم أن الإسلام أهان المرأة حين سمح للرجل أن يضربها ، ويقولون كيف يسمح الله بضرب النساء: ﴿فعظوهن واهجروهن في المضاجع واضربوهن﴾ (النساء : ٣٤) .

نعم إن الله تعالى أمر بضرب الزوجة ولكن أى زوجة ؟ الزوجة الناشز التى تعلو على زوجها وتعصاه فتأبى أن تأتى إلى فراشه مثلاً أو تهينه أو نحو ذلك . وقبل الضرب أمر سبحانه بوعظها ثم هجرها فى المضجع وبعد الضرب أمر بالإتيان بحكمين كل ذلك يكون قبل الطلاق ثم يقول سبحانه : ﴿فإن أطعنكم فلا تبغوا عليهن سبيلاً إن الله كان علياً كبيراً﴾ يخوف الرجال الذين يتجاوزون الحد أو يظلمون المرأة فيضربونها بعد الطاعة .

وماذا ينتظر أعداء الإسلام من امرأة تمنع نفسها من زوجها وهو إن أتى فيقل جداً أو تخرج من البيت بغير إذنه أو توطئ فراشه من يكره أو تخرج متزينة متعطرة متبينة وهو إن رضى بذلك صار ديوثا ويكون مصيره إلى النار .

فأى الفريقين أهدى سبيلاً ؟

٧- الاعتدال فى الغيرة :

قال تعالى : ﴿يا أيها الذين آمنوا اجتنبوا كثيراً من الظن إن بعض الظن إثم ولا تجسسوا﴾ (الحجرات : ١٢) .

وقال (ﷺ) : إن من الغيرة ما يحب الله . ومنها ما يكره الله ، فالغيرة التى يحبها الله الغيرة فى الريبة ، وأما الغيرة التى يبغضها الله عز وجل ، وهى غيرة الرجل على أهله من غير ريبة .

(رواه أحمد (٥/٤٤٥ - ٤٤٦) ، وأبو داود ، والدرامى ، وابن حبان ، عن جابر بن عتيك ، وأخرجه الحاكم - عن عقبة بن عامر وصححه ووافقه الذهبى .

إن من الواجب على بعض أشباه الرجال ، سد الذرائع التى تسبب مالا يحمد عقباه، كخروج زوجاتهم ، كاسيات عاريات ، أو شبه عاريات ، واختلاطهن بالرجال الأجانب ، وإذنهن فى بيوتهن لمن لايجوز لهم أن يروها أو تراهم ، أو ذهابها إلى المراقص والمحال العامة وأعياد الميلاد وغيرها .

إن الإسلام هو دين العزة والشرف والطهر والنزاهة والعدالة الحقة والصدق والإباء والغيرة على الحرمات .

حقوق أخرى:

١- تعليم المرأة .

٢- أمرها بالمعروف ونهيها عن المنكر .

٣- كف الأذى عنها .

٤- السماح لها بزيارة أهلها .

٥- المحافظة عليها .

٦- أن لا يطمع فى مالها .

٧- أن يشاركها فى أفراحها وأحزانها .

٨- أن ينصحها دائماً .

٩- لا يذكر أقاربها بسوء .

١٠- أن يتزين لها .

١١- الاهتمام بتربية الأولاد .

١٢— أن يحترم أقاربها .

١٣- أن يحترمها ويستمع لحديثها .

واجب الزوج الخلقى فى ليلة الزفاف

لابد للزوج أن يتعامل مع عروسه فى ليلة الزفاف بلباقة ومودة ولطف ورقة .. ، فهذه فتاته غادرت والديها ثم أصبحت معه فى عالم آخر جديد ، وحياة أخرى جديدة .. ويجب أن يشعرها الزوج بمودته ومحبته وملاطفته ، خصوصاً فى هذه الليلة التى ترهبها وتخشاها كل فتاة ..

فيجب على الزوج أن لا يعتبر العروس فريسة يجب عليه أن ينقض عليها ويفترسها...، بل يجب أن يتصرف فى هذه الليلة معها بحب لأنها ليلة لا تمحى من ذاكرة الزوجة مدى الحياة ، لذا يجب أن تكون عامرة بالمودة والمحبة لا بالرعب والخوف.

والزوج لا يجب أن يبحث عن اللذة فى هذه الليلة الأولى ، بل يهتم بزوجته ويلاطفها ولا يجرح شعورها بتسرعه ورعونته ، فسوف يحصل على كل ما يطلبه بالتروى والهدوء لا بالعنف والتسرع .

المداعبات أولاً ضرورية :

قال ابن القيم (١) : ومما ينبغى تقديمه على الجماع مداعبة المرأة وتقبيلها ومص لسانها ، وكان رسول الله (ﷺ) يلاعب أهله ويقبلها ، وروى أبو داود فى سننه أنه (ﷺ) كان يقبل عائشة ويمص لسانها (٢) .

وعن جابر بن عبدالله قال : «نهى رسول الله (ﷺ) عن الموافقة قبل الملاعبة» (٣) .

الملاطفات والمداعبات الجنسية فى بداية اللقاء أهم من الجنس نفسه ، فالعلاقة الجنسية لابد وأن تسبقها استعدادات نفسية وعاطفية ، والإحساس العاطفى والجنسى

---

(١) الطب النبوى (ص ٣٧٤ - ٣٧٥) ، زاد المعاد (١٤٧/٣) .

(٢) رواه أحمد (١٢٣/٦، ٢٣٤) ، وأبوداود (٢٣٨٦) .

(٣) عزاه السيوطى فى الجامع الصغير ، وضعفه المناوى فى فيض القدير (٣٢٣/٦) .

لا يتكونان فجأة بل يمران بعملية تدريجية حتي ينتهيان باللقاء العضوى وبلوغ النشوة عند الرجل والمرأة .

والرجل فى الغالب هو الذى يكون له الدور الأساسى فى مراحل هذا التحضير ، بل ويكون غالباً هو البادىء به .. ، ثم يعقب ذلك دور الأنثى وهو دور المشاركة والتجاوب والاستسلام والتشجيع .

قال النبى (ﷺ) لجابر (رضى الله عنه) : «هلا تزوجت بكراً تلاعبها وتلاعبك» (١) .

وفى رواية : مالك وللعذارى ولعابها» (٢).

وفى رواية كعب بن عميرة عند الطبرانى : « وتعضها وتعضك » (٣) .

مراحل اللقاء الزوجى :

١- الملاعبة والملاطفة التمهيدية.

٢- الاتحاد العضوى الجنسى (الإيلاج - الجماع) .

٣- المداعبة النهائية .

هذا التقسيم ليس إلا لتقريب الفهم وتسهيله ، فالجهل هو مصدر الخطأ دائماً ، فكثير من الأزواج لا يعرفون أن الزوجة تحتاج إلى تمهيد وملاطفة قبل أن تستسلم لزوجها فى ابتهاج ، فهى تحتاج إلى الحب والرقة من جانب الزوج ، وتحتاج أيضا إلى تمهيد جسدي عن طريق الملاعبة المثيرة ، بل إن الرجل الذى يحب زوجته فعلا يحس بحاجته إلى هذه الملاعبة ، وهذه الملاطفة تمثل أمتع ما فى اللقاء الزوجي بالنسبة للمرأة والرجل الذى يغفل هذه الملاطفات والمداعبات نتيجة لجهله أو أنانيته يجعل زوجته لا تستسلم له تماماً بل يحول اللقاء الجنسى إلى صدوة أقرب إلى الاغتصاب.

---

(١) رواه البخارى (٥٠٧٩) ، ومسلم (٧١٥) ، وأبوداود (٢٠٤٨) والنسائى (٦/٦٥) ، وابن ماجة (١٨٦٠) ، والدارمى (٢٢١٦) ، وأحمد ٣٠/٣٩٤ ، وابن حبان (٧٠٩٤) .

(٢) البخارى (٥٠٨٠) . (٣) فتح البارى : (٩/٢٥) .

وفى السنوات الأخيرة عرفت المرأة أن الجنس ليس فقط وسيلة للإنجاب بل هو فى حد ذاته نوع من المشاركة الحسية والوجدانية والاستمتاع السعيد ، وقد تغير مفهوم الرجل للعلاقة الجنسية وحقوق المرأة الحسية ، فلم تعد نظرة الرجل لزوجته على أنها فقط للحمل والإنجاب ، إن المرأة تريد فى المقام الأول علاقة حنان ومودة وتعاطف ومشاركة وجدانية وملامسة واتصال عقلى ووجدانى . إن الرجل الحنون المتفاهم أقرب وأحب إلى زوجته من الفظ الغليظ حتى ولو كان أفحل الرجال جنسياً .

إن العلاقة الزوجية ليست ميكانيكية تبدأ بالضغط على زر خاص لتدور لمدة محدودة بل هى علاقة انسجام عاطفى ونفسى .. ، فلا لقاء بدون رغبة ، ولا علاقة ناجحة إذا لم تشارك الزوجة زوجها وتبادله متعة اللقاء ، فالرجل الذى لا يجد تعبير المشاركة الواضح المنطلق فى فراش الزوجية قد يحس بنقص شديد فى حياته ثم يحاول البحث عنه فى مكان آخر .

أساسيات التحضير :

يجب أن يفهم الزوج أن جسد المرأة أكثر انفعالاً منه وأكثر تأثيراً باللمس والضغط، يتركز التحضير للقاء الجنسى على مداعبة الأماكن الفنية بالأعصاب المختصة باللمس مثل الأنف والفم والظهر ثم الأعضاء التناسلية والأذنان ، ثم الرقبة والكتفان ، ثم الثديان وأسفل الظهر والفخذان .

العادة السيئة

يقول العلامة الشيخ سيد سابق :

استمناء الرجل بيده يتنافى مع ما ينبغى أن يكون عليه الإنسان من الأدب وحسن الخلق ، وقد اختلف الفقهاء فى حكمه .

فمنهم من رأى أنه حرام مطلق .

ومنهم من رأى أنه حرام فى بعض الحالات ، وواجب فى بعضها الآخر ومنهم من ذهب إلى القول بكراهته .

أما الذين ذهبوا إلى تحريمه فهم المالكية والشافعية والزيدية وحجتهم فى التحريم أن الله سبحانه وتعالى أمر بحفظ الفروج فى كل الحالات إلا بالنسبة للزوجة ، وملك اليمين ، فإذا تجاوز المرء هاتين الحالتين واستمنى ، كان من العادين المتجاوزين ما أحل الله لهم وإلى ما حرمه عليهم لقوله سبحانه ﴿ وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ ﴿٢٩﴾ إِلاَّ عَلَىٰ أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ ﴿٣٠﴾ فَمَنِ ابْتَغَىٰ وَرَاءَ ذَٰلِكَ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْعَادُونَ ﴾ (المعارج آيات ٢٩ - ٣١) .

وأما الذين ذهبوا إلى التحريم فى بعض الحالات ، والوجوب فى بعضها الآخر ، فهم الأحناف فقد قالوا : إنه يجب الاستمناء إذا خيف الوقوع فى الزنا بدونه ، جرياً على قاعدة : ارتكاب أخف الضررين .

وقالوا : إنه يحرم إذا كان لاستجلاب الشهوة وإثارتها .

وقالوا : إنه لا بأس به إذا غلبت الشهوة ، ولم يكن عنده زوجة أو أمة .

وأما الحنابلة فقالوا : إنه حرام ، إلا إذا استمنى خوفاً على نفسه من الزنا أو خوفا على صحته ، ولم تكن له زوجة أو أمة ، ولم يقدر على الزواج ، فإنه لا حرج عليه .

وأما ابن حزم فيرى أن الاستمناء مكروه ، ولا إثم فيه ، لأن مس الرجل ذكره بشماله مباح بإجماع الأمة كلها ، وإذا كان مباحاً فليس هنالك زيادة على المباح إلا التعمد لنزول المنى فليس ذلك حراماً أصلا لقوله تعالى :

﴿ وَقَدْ فَصَّلَ لَكُم مَّا حَرَّمَ عَلَيْكُمْ ﴾ (الأنعام : ١١٩) .

وليس هذا ما فصل لنا تحريمه فهو حلال لقوله تعالى :

﴿ خَلَقَ لَكُم مَّا فِي الأَرْضِ جَمِيعًا ﴾ (البقرة : ٢٩) .

وإنما كره الاستمناء لأنه ليس من مكارم الأخلاق ولا من الفضائل .

ومن كرهه - ابن عمر ، وعطاء .

وممن أباحه : ابن عباس ، والحسن ، وقال كانوا يفعلونه فى المفازة .

واجب الأب نحو ابنه المراهق :

١- مراقبة الشاب دون أن يشعر .

٢- مراقبة أصحاب الابن .

٣- إذا كان الابن جريئا يخوفه الأب بالآثار الدينية والطبية .

أضرار العادة السيئة :

١- احترس أيها الشاب تمام الاحتراس من العادة السرية فهى تسبب مشاكل كثيرة منها ؟ ضعف البصر .

٢- عدم القدرة على التركيز وضياع الحفظ .

٣- احتقان المجارى البولية والتناسلية .

٤- ربما أدت إلى العنة (عدم القدرة الجنسية مع الزوجة مستقبلاً) .

واجب الشباب للابتعاد عن هذه العادة المرذولة :

١- عليه بالدين والعلم .

٢- عليه بالرياضة .

٣- عليه أن يدرك أنه يهين نفسه بهذه العادة القبيحة وليعلم أن الله يطلع عليه وأن الملائكة تراه وكذلك الجن وهو فى ملذته .

ولعل أهم ما يدفع الشباب إلى هذه العادة القبيحة هو المطبوعات الفاجرة المثيرة وخلاعة النساء وتبرجهن وسفورهن فى الطرقات لاجتذاب الأنظار وسماع كلمات المديح مع مافى ذلك من غضب الله ولعنته ولعنة رسول (ﷺ) للمتبرجات وأمره بلعنهن قال

(ﷺ) العنوهن فإنهن ملعونات . وقال : صنفان من أمتى من أهل النار لم أرهما : رجال لهم سياط كأذناب البقر يضربون بها الناس ونساء كاسيات عاريات مائلات مميلات رؤوسهن كأسنمة البخت المائلة لا يدخلن الجنة ولا يشممن ريحها وإن ريحها ليوجد من مسيرة كذا وكذا .

وقوله (ﷺ) : أيما امرأة تعطرت وخرجت من بيتها ليشم عطرها الرجال فهى زانية.

وأقول للأزواج والآباء : اتقوا الله فى النساء فأى فائدة تعود عليكم من تركهن يسرن فى الطرقات متبرجات متعطرات عاريات يلبسن الاسترتش والجنز ويكشفون عن عوراتهن ، أى فائدة تعود عليكم من نظر الرجال الأجانب إلى نسائكم واشتهائهن وتمنى مضاجعتهن وأكثر حوادث الاغتصاب تحدث بسبب هذا العرى والتهتك ، والتبرج من الكبائر حيث ورد فى اللعن والوعيد بدخول النار هدانا الله وإياهم .

أهمية القوة الجنسية عند الرجل

إن قيام الرجل بالمعاشرة أمر بالغ الأهمية عنده لأنها أساس سعادته وهنائه المنبثقين من أطمئنانه إلى رجولته وعن إرضاء غرور ذكورته بأنه سيد الموقف .

والحقيقة التى لايمكن نكرانها أو الهروب منها هى أن إصابة الرجل بأى نوع من أنواع الاضطراب الجنسى الذى يضعف فيه هذه المقدرة تضفى عليه من البؤس الشىء الكثير وتؤذى نفسيته بدرجة يندر أن نلحظها فيه حتى عند إصابته بأشد الأمراض قسوة وخطورة .

فنجده يسعى ولا يكل فى استرجاع ما فقده من قوة وذلك بأى ثمن وبأية وسيلة سواء طبية كانت هذه الوسيلة أم تنتمى إلى السحر والتمائم والوصفات البلدية إلى آخره . فشعوره بالضعف الجنسى يجرح غرور الذكورة جرحاً تنساب منه دماء حيويته وعزة نفسه فتنتابه ذلة نفسانية تفسد عليه معيشته بل وحياته .

وليست القوة الجنسية بقوة العضلات وحمل الأثقال وأكل الطواجن والمنظر الخلاب بل القوة الجنسية صفة كنينة فى جسمه لايدل عليها منظره ، والوراثة عامل مؤثر والغالب أن القوة الجنسية ضعيفة فيمن يمارسون أعمالاً ذهنية وأبطال الرياضة .

والإسراف فى ممارسة الجنس يعجل بفقد القوة الجنسية فى سن باكر .

لاحياء فى العلم أو تعلم الدين

صح أن الصحابة – والصحابيات – كانوا يأتون النبى (ﷺ) ويعرضون عليه بعض الأمور المتعلقة بأداب الجماع وغيره ولم ينكر عليهم (ﷺ) وقد ورد فى ذلك أحاديث كثيرة منها حديث المرأة التى سألت رسول الله (ﷺ) كيف أتطهر ، فقال (ﷺ) : خذى فرصة فتطهرى .. الحديث وحديث المرأة التى سألته (ﷺ) : هل على المرأة من غسل إذا احتلمت ؟ فقال : نعم إذا رأت الماء .

وعن عائشة أم المؤمنين (رضى الله عنها) قالت : جاءت امرأة رفاعة القرظى إلى رسول الله (ﷺ) وأنا جالسة ، وعنده أبوبكر ، فقالت : يارسول الله ! إنى كنت تحت رفاعة فطلقنى ، فتزوجت بعده عبدالرحمن بن الزبير ، وذكرت أنه لا يأتيها (أى لا يجامعها) ، وأن ما معه ليس إلا مثل هوبة الثوب (تعنى استرخاء الذكر كطرف الثوب الذى لم ينسج) فسمع كلامها خالد بن سعيد – وهو بالباب لم يؤذن له – فقال : يا أبا بكر : ألا تنهى هذه عما تجهر به عند رسول الله (ﷺ) :

قالت عائشة : والله ما يزيد رسول الله (ﷺ) على التبسم .

وسمع زوجها عبدالرحمن بن الزبير أنها أتت إلى رسول الله (ﷺ) ، فجاء ومعه ابنان له من غيرها ، فسمع امرأته تقول للنبى : إن ما معه ليس بأغنى عنى من هذه – وأخذت هدبة من ثوبها .

فقال زوجها: كذبت والله يارسول الله ، إنى لأنفضها نفض الأديم (كناية عن شدة جماعه لها وقوته) ولكنها ناشز تريد رفاعة .

فقال رسول الله (ﷺ) : «فإن كان ذلك لم تحلى له . أو تصلحى له ، حتى يذوق من عسيلتك (حلاوة الجماع بتغييب الحشفة) .

وأبصر رسول الله (ﷺ) معه ابنين له ، فقال : بنوك هؤلاء ؟!

قال : نعم .

فقال لها رسول الله (ﷺ) : «هو الذى تزعمين ما تزعمين ؟ (أى تدعين عجزه عن الجماع) فوالله لهم أشبه به من الغراب بالغراب .

(البخارى ، ومسلم ، والترمذى ، والنسائى ، وابن ماجة ، والدارمى ، وأحمد) .

الصحة والقوة والحيوية مرتبطة باختيار الغذاء السليم

إن الغذاء الكامل للشخص السليم يجب أن تتوافر فيه العناصر الغذائية الأساسية الحيوية للجسم ، وهى :

١- المواة البروتينية :

وهى فى اللحوم ، والأسماك ، واللبن ، والبيض ، أو فى المصادر النباتية كالبقول .

٢- المواد النشوية :

وهذه تحصل عليها من الأرز والبطاطس والقمح والذرة .

٣- المواد الدهنية :

وهذه من الزبد واللبن كامل الدسم والحبوب المرتفعة فى نسبة الدهن والسمسم والفول السودانى ... الخ .

٤- الفيتامينات والمعادن :

توجد بكثرة فى الفاكهة ، والخضروات الطازجة والمطهية .

وتختلف حاجة الجسم إلى هذه العناصر باختلاف فترات النمو المختلفة ، فالإنسان فى سن الشباب يحتاج إلى كميات ونوعيات أكثر منها عن احتياجاته فى سن الرجولة أو الشيخوخة أو بعد تمام البلوغ .

والشباب فى فترة المراهقة يحتاج إلى الغذاء والطعام الذى يبنى الخلايا والعظام ويستكمل به النشاط والحيوية .

وقيمة الطعام ليست بالضرورة فى غلو ثمنه ولكن فى حسن اختياره .

أهم العناصر الغذائية المطلوبة للقوة الجسمية:

١- مواد لبناء العضلات والأنسجة وهى البروتينات .

٢- أغذية مولدة للطاقة والحرارة .. ، وهى السكريات والنشويات والدهون .

٣- أغذية لبناء العظام والأسنان .

وخاصة الأطعمة التى تحتوى على عناصر الكالسيوم كاللبن والجبن بأنواعه .

٤- أغذية للحفاظ على الحيوية وللوقاية من الأمراض وهى الفيتامينات والأملاح المعدنية .

توازن الغذاء :

يلاحظ أن الشباب والفتيات فى سن المراهقة يحتاجون بصفة أساسية إلى الأغذية التى تبنى العضلات والأنسجة المختلفة بالجسم (البروتين) .. ، ويجب أن يحتوى الغذاء على الكميات المناسبة منها .. ، ويلاحظ أنه إذا زادت أغذية الطاقة والحرارة (النشويات والسكريات والدهون) عن حاجة الجسم فإن الفائض منها يتحول إلى دهن يترسب تحت الجلد وفى البطن ، وهذه هى مظاهر السمنة ، ويلاحظ أن إقبال الشباب على تناول النشويات والسكريات بكمية كبيرة يصاحبه إحساس بالشبع بسرعة وهذا يكون على حساب المواد الأخرى الأكثر أهمية (مواد النمو الحيوية) .

أمراض سوء التغذية :

الحرمان من الغذاء والعناصر الضرورية يصيب جسم الإنسان بأمراض عديدة ..، وليس نقص كمية الغذاء فقط هى المسببة لهذه الأمراض بل ونوعية الغذاء ذاته من حيث احتواء الغذاء على ماهو ضرورى من العناصر اللازمة لنمو الجسم والحفاظ على صحته وحيويته .

مثلاً نقص ڤيتامين A يسبب أضراراً كبيرة على العين يعرف بالعشى الليلى ثم جفاف العين . كما يؤدى نقصه إلى تشقق الجلد وتقشره وبروز بصيلات الشعر مما يجعله عرضة للإصابة بالعدوى والتقيحات لذلك ننصح من يتبعون رچيماً معيناً أن يحافظوا على تناول المأكولات الغنية بهذا الڤيتامين .

فالرچيم غير المنتظم قد يؤدى إلى نقص كبير فى الڤيتامينات التى يحتاجها الجسم. وهناك أيضاً مرض البلاجرا أو تشقق الجلد وجفافه والذى يرجع سببه إلى نقص ڤيتامين B المركب وبخاصة حامض النيكوتينك أو ڤيتامين D ، وكذلك نزيف اللثة الذى يتبع نقص ڤيتامين C . وهناك أضرار أخرى تصيب العظام (كالكساح ولين العظام) والأسنان والأظافر وباقى أجهزة الجسم بسبب سوء التغذية ونقص العناصر الغذائية الضرورية .

الغذاء والجنس

الغذاء الأفضل يؤدى إلى جنس أفضل :

الرغبة الجنسية ... والأداء الجنسى ... وتكون المنى ... والقدرة على الإنجاب وغيرها من الحالات الجنسية يمكن أن يؤثر عليها تناول بعض المأكولات وبعض أنواع الغذاء ... وبعض الخضار والأعشاب ... والحبوب والفواكه .

الأغذية التى تساعد فى تقوية الأعصاب وتنشيط الألياف الجنسية وهى :

التمر	**عسل النحل**
اللحم	**السمك**
الجرجير	**اللبن الحليب**
البيض	**البقدونس**
الجزر	**البصل**
الخس	

التمر والجنس :

التمر وهو البلح ، يحتوى على كمية كبيرة من الفوسفور وعلى كمية عالية من الڤيتامينات ... يعتبر من أكثر الثمار تغذية للبدن ، فقد ثبت أنه مقو للعضلات والأعصاب ومؤخر لمظاهر الشيخوخة ، وتضاهى قيمته الغذائية بعض أنواع اللحوم والأسماك .

وإذا أضيف إلى التمر اللبن كان غذاء كاملاً ، ومقوياً جنسياً ، خاصة إذا أضيفت إليه كذلك القرفة والحليب .

وإذا أديم استعماله على الريق جفف مادة الدود . كما أنه مقو للكبد ملين للطبع ، يزيد فى القدرة الجنسية ، ولاسيما مع حب الصنوبر . والتمر والثمار هى المهمة فى تكوين السائل المنوى عند الرجل ، وحفز الأعصاب والخلايا الجنسية عند كل من الرجل والمرأة.

اللحم والبيض والجنس :

اللحم والبيض يحتويان على أفضل أنواع البروتين ، وهما من الأغذية المهمة للبدن ، وخير معين للنشاط الجنسى .

وحاجة الشخص جرام عن كل كيلو جرام من وزنه ، أو على الأقل ، ربع دجاجة ، أو سمكة متوسطة . ولا مانع من تناول قدر مساوٍ من اللحم الأحمر كبديلاً فى بعض الأيام للتوازن فى الغذاء اللازم للجسد .

الجرجير والجنس :

الجرجير من النباتات الخضراء المعروفة قديماً ، والعرب أول من عرفوا الجرجير ووصفه أطباؤهم مأكولاً ومشروباً عصيراً . وأكل بذوره يقوى الجنس ومدر للبول وهاضم للطعام وملين للأمعاء ، ويحتوى الجرجير على نسبة عالية من ڤيتامين (أ) والحديد والألياف النباتية .

الجزر والجنس :

غنى جداً بڤيتامين (أ) ، خاصة الجزر الأصفر ، وهذا الڤيتامين يزيد من خصوبة الخلايا التناسلية الموجودة فى الحيوانات المنوية عند الرجل ، كما أنه يزيد من خصوبة الخلايا التناسلية فى البويضات عند الإناث ، وهذا الڤيتامين يزيد من مقاومة الجسم بشكل عام .

الخس والجنس :

الخس من الخضروات الورقية ، وهو أفضل الأغذية مقوياً للقدرة الجنسية ، ويسمى عند بعض الشعوب القديمة «نبات الخصوبة» .

ويحتوى على ڤيتامين (هـ) وهو ڤيتامين الخصوبة ، ويفيد فى علاج العقم عند الرجال وتكوين السائل المنوى .

أما عند النساء فهو يمنع عسر الولادة والطلق المبكر ويمنع حدوث الإجهاض ، ويقوى النسل .

البقدونس والجنس :

البقدونس من النباتات المعروفة ، ومن التوابل المشهورة ، وهو يحتوى على العديد من الڤيتامينات المهمة . وذلك إضافة إلى بعض الأملاح المعدنية كالحديد والكالسيوم والماغنسيوم ، إضافة إلى الزيوت الطيارة .

وزيت البقدونس يفيد فى علاج حالات الضعف الجنسى كما يفيد فى علاج اضطرابات الدورة عند النساء .

السمك والجنس :

تحتوى الأسماك والحيوانات البحرية العديدة على نسبة عاليه من اليود . واليود هو عنصر مهم جداً فى الرغبة الجنسية عند الرجل والمرأة على حد سواء ، كما يحتوى السمك على نسبة عالية من الفوسفور .

والسمك علاوة على أنه غنى بالبروتين ، فهو يعمل على تنظيم الدورة الشهرية عند النساء ، ويفيد المرأة فى فترات الحمل والرضاعة والنقاهة من الولادة .

والسمك بشكل عام يزيد من القدرة الجنسية عند الرجل ويزيد من تكون الحيوانات المنوية .

عسل النحل والجنس :

يعتبر الغذاء المفضل فى شهر العسل .. وهو منشط جنسى مهم حيث يحتوى على ڤيتامينات ومواد منشطة جنسية ، ويسمى ڤيتامين الخصوبة .

ويحافظ العسل على جمال الجلد واليدين والبشرة .

العنب والجنس :

العنب منشط جنسى طبيعى حيث إنه ينقى الدم من الرواسب الضارة فيزيد من كفاءة الأعصاب فى نقل الرسائل والاستجابه للمؤثرات ، بالإضافة إلى أنه يعين الشخص على الثبات النفسى والتخلص من القلق والمخاوف التى تفسد العملية الجنسية.

البصل والجنس :

أكل البصل يحفظ الصحة والبصل مفيد طازجاً ومشوياً ومسلوقاً ومقلياً . ويحتوى على زيوت طيارة ونسبة عالية من الكبريت ، وماء البصل يلين الطبيعة .

والبصل يزيد فى القوة لجنسية إذا ما قطع ونقع فى الخل .

الزيتون الأخضر والجنس :

مقو للمعدة ، مثير للشهوة الجنسية ، وزيت الزيتون يحافظ على جمال البشرة ويعالج تشققات الجلد .

حبة البركة والجنس :

تطحن حبة البركة وتخلط جيداً بزيت الزيتون واللبان الدكر ويؤخذ منها لعدة أيام ، فهى تزيد فى الشهوة الجنسية .

الفول السودانى والجنس :

يزيد المنى يقوى الرغبة الجنسية . وهو يحتوى على نسبة عالية ووفيرة من الألياف والبروتينات والدهون النباتية ، لذلك فهو غنى بالطاقة اللازمة للعملية الجنسية .

الحمص والجنس :

يأكل أخضر أو مسلوقاً أو مطبوخاً أو محمصاً ، يزيد من القدرة الجنسية ويدر الطمث عند النساء .

القرفة والجنس :

شجرة دائمة الخضرة قشورها عطرية تحتوى على زيت عطرى طيار ومنبه . تستخدم قشور القرفة فى عمل شراب القرفة المنشط للدورة الدموية والقوة الجنسية .

اليانسون والجنس :

يحتوى على زيوت طيارة والبروتين والكربوهيدرات . وهو يزيد فى القوة الجنسية ومدر للبن عند المرضعات ومقو للطلق .

الفاكهة والجنس :

هذه الفاكهة تثير الرغبة الجنسية عند الجنسين :

الكاكى - الكمثرى - البرقوق - الخوخ - الأناناس .

التوت والجنس :

ثمار التوت ذات قيمة غذائية كبرى ولها تأثير هرمونى ذكر تفيد فى حالات الضعف الجنسى للرجال وتزيد فى الشهوة الجنسية .

وصفات من الأغذية والأعشاب
للقوة الجنسية

يراعى عند إعداد هذه الوصفات مايلى :

١- ضرورة اختيار بذور نظيفة خالية من المبيدات والكيماويات والحشرات .

٢- تشترى الأعشاب من محلات مضمونة .

٣- يتم تجهيز الوصفات لمدة لاتزيد عن عشرين يوماً .

٤- تحفظ الوصفات بعد تجهيزها فى الثلاجة .

٥- عند ظهور أيه أعراض على الجسم كالحساسية أو القىء أو نحوهما يجب التوقف عن تناولها فوراً .

(١)

يؤتى بكوب عسل ونصف كوب عصير بصل ويغليا سوياً حتى يتبخر البصل وذلك بانعدام رائحته تماماً من العسل ، وتوخذ من ذلك ملعقة بعد كل أكل .. وكذلك أكل البصل المشوى بالفستق وطلع النخيل والعسل .

(٢)

يؤخذ الثوم ويهرس ثم يسوى فى زيت زيتون على نار هادئة حتى يصفر ثم يعبأ فى قارورة صغيرة ، وعند الحاجة يدهن به جذر الإحليل (العانة) بمساج دائر ولايغسل إلا بعد ساعة .

(٣)

يؤخذ ماء (وذلك بدق ثلاث بصلات وعصرها جيداً) ويخلط بقدره عسلاً وعلى نار هادئة يقلب حتى يصل لانتهاء رغوة العسل ويوضع بعد ذلك فى قارورة وتؤخذ ملعقة بعد الغداء يومياً .. وإن عجنت بالحبة السوداء فإنه يقوى جداً ولو كان كبير السن ، وكذلك مع بذور الفجل وتؤكل كالمربى .

(٤)

تؤخذ حبة سوداء مطحونة قدر ملعقة وتضرب فى سبع بيضات بلدى يوماً بعد يوم ولمدة شهر تقريباً ، ولسوف يجد ابن مائة وعشرين قوة ابن عشرين بقدرة الله وإرادته إن شاء الله ، ويمكنك أخذ ثلاثة فصوص ثوم بعد كل مرة منعاً من الكوليسترول .

(٥)

يؤخذ مغلى مسحوق بذور الكرفس والجرجير واللفت والجوز (كميات متساوية منها)، ويشرب كوب صباحاً وآخر مساء قبل الأكل .

مغلى كميات متساوية من بذور الجزر والحلبة والحمص والجرير والقرفة وعود الفرح (عافر فرحا) والزنجبيل وعرق جناح ... ، ويحلى المشروب بعسل النحل ، والجرعة ملعقة كبيرة صباحاً وأخرى مساء .

(٦)

مغلى بذور الكرفس وعصير الكرفس معنا ، والجرعة ثلاثة أكواب يومياً .

(٧)

كميات متساوية من مسحوق بذور الجرجير ، الفجل ، الجزر ، اللفت ، الحلبة ، الحمص ، الشمر ، الحبهان ، القرفة ، الزنجبيل ، الزعفران ، المصطكى ، حبة البركة بعد قليها ، ثم تخلط هذه المقادير بعسل النحل مثل مقدار وزنها .

الجرعة : ملعقة صباحاً وأخرى مساء .

(٨)

معلقه مسحوق بذور الكرفس مع البصل والحمص . الجرعة من ٢-٣ أكواب يومياً.

(٩)

مسحوق بذور الفجل ، يضاف إلى عسل نحل منزوع الرغوة ، ويرفع الجميع على النار حتى يصبح سميكا متماسكاً .

يؤخذ منه ملعقة صباحاً وأخرى مساء لمدة عشرة أيام .

(١٠)

يؤخذ زنجبيل وفلفل أسود وقرنفل ومصطكى وبذر الفجل كميات متساوية من كل ويطحن الجميع طحناً جيداً ، ثم يغلى بعسل أبيض ويعقد بالنار ، ويتناول منه كل يوم ملعقة متوسطة عند النوم .

(١١)

تطحن حبوب الحلبة جيداً ثم يضاف إليها عسل النحل ، وتوضع فى إناء (برطمان) زجاجى ويتناول المريض كل يوم ملعقة كبيرة على الريق لمدة ثلاثة أسابيع .

(١٢)

طلع النخل يمزج بالعسل ويؤكل .

(١٣)

يغلى ورق السمسم مع بذر الكتان ويشرب منه .

(١٤)

تؤخذ مقادير متساوية من بذور القرع والخيار والبطيخ الأصفر (الشمام) ، ويتم تقشيرها ثم تمزج جيداً معاً (تهرس) ، وتؤخذ مع العسل أو السكر ثلاث ملاعق يومياً موزعة .

(١٥)

ينقع الحمص حتى يلين ، ويؤكل منه ، ويشرب من ماء النقع مع العسل .

(١٦)

تطحن ربع كيلو من بذور الكرفس جيداً ، وتوضع منه ملعقة فى كوب من لبن الإبل ، ويشرب صباحاً ومساء حتى تنتهى كمية بذر الكرفس ، والأفضل أن يحلى بعسل النحل.

(١٧)

يطحن ربع كيلو من بذور الفجل جيداً ، ثم تنخل ، وتعجن فى كيلو عسل نحل ، ويضاف لها ربع كيلو من السمن البقرى (البلدى وعشرة جرامات من غذاء ملكات النحل.

ويأخذ المريض ملعقتين على الريق ، وملعقة بعد الغداء .

(١٨)

يطحن ١٥٠ جراماً من اللبان الدكر جيداً ، ويضاف إلى ٧٥٠ جراماً من عسل النحل ، ١٥٠ جراماً من الزنجبيل الناعم .. ، ثم يعقد على نار هادئة ، ويؤخذ منه ملعقة قبل كل وجبة.

(١٩)

ثلاث ملاعق زيت الحلبة النقى ، تضرب مع سبع بيضات من البيض البلدى ، وثلاث ملاعق من عسل النحل ، ويضرب الجميع فى الخلاط ، ويؤخذ الخليط بعد الغداء كل يوم.

(٢٠)

يخلط عصير ثلاث بصلات مع كوب عسل نحل ، ويرفع على نار هادئة حتى تنتهى رغوة العسل .

تؤخذ ملعقة قبل كل وجبة ، وملعقة بعد الغداء .

(٢١)

تشوى سبع بصلات من البصل البلدى ، ثم تخلط مع ربع كيلو من السمن البقرى البلدى ، و١٥٠ جراماً من مسحوق طلع النخل ، و ١٠٠ جراماً من الزنجبيل ، و٦٠ جراماً من مسحوق حب العرعر ، ثم يخلط الجميع فى كيلو عسل نحل .

تؤخذ ملعقة بعد كل وجبة .

(٢٢)

تمزج ملعقة كبيرة من طلع النخيل مع ملعقة من الزنجبيل الناعم جداً ، وتوضعان فى كوب من لبن الإبل ، ويشرب صباحاً ومساء .

(٢٣)

تطحن بذور الفجل ، ثم تخلط مع عصير بصل وزعتر ناعم ، يضاف ذلك إلى زيت زيتون ويؤكل مع الجبن القديم ، فإنه يقوى كثيراً .

(٢٤)

يغلى كوب من العسل مع نصف كوب عصير بصل ويستمر الغليان حتى يتبخر البصل وتنعدم رائحته تماماً مع العسل .

تؤخذ ملعقة بعد كل وجبة .

(٢٥)

تنزع رغوة كيلو من عسل النحل ثم يضاف إليه مسحوق ٣٠٠ جرام من بذر الجرجير ، ومسحوق ١٠٠ جرام من الزنجبيل الناعم .

تؤخذ منه ملعقة قبل الأكل ثلاث مرات .

(٢٦)

يؤخذ ١٥٠ جراماً من عسل النحل منزوع الرغوة ، يخلط معها مسحوق ١٥ جراماً من عود القرح ، و ١٠٠ جرام طومبخان ، و ١٠٠ جرام من دقيق الفول ، و١٠٠ جرام

من البسباسة ، و١٠٠ جرام من الزعفران النقى ويسحق الجميع قبل الخلط مع العسل).

يؤخذ منه ملعقة بعد كل وجبة .

(٢٧)

يسحق ١٥ جراماً من السدب مع ٢٠٠ جرام من اللبان الذكر ، و٣٠ جراماً من عرق الذهب ، و١٥٠ جراماً من القرفة ، و١٥٠ جراماً من حب الرشاد ، و٥٠ جراماً من الزنجبيل .

يخلط المسحوق مع كيلو عسل منزوع الرغوة ، ويؤخذ منه ملعقة قبل كل وجبة .

(٢٨)

١٠٠ جرام من مسحوق السنبل الهندى ، تخلط مع ١٠٠ جرام قرفة نقية (قرفة خشب) ، و٥٠ جراماً من الخولنجان ، و٦٠ جراماً من الفلفل الأبيض و٥٠ جراماً من الفلفل الأسود ، و٦٠ جراماً كبابة هندى ، و٥٠ جراماً من الزنجبيل ، و٧٠ جراماً من جوزة الطيب ، و٣٠جرام زعتر ، ٣٠٠ جرام سكر نبات ، تسحق كلها جيداً وتخلط مع عسل نحل منزوع الرغوة .

يؤخذ منه ثلاث ملاعق كبيرة قبل الجماع بساعتين .

(٢٩)

يغلى ٢٥٠ جراماً من الهلبون ، و١٠٠ جرام من الشمر ، و١٠٠ جرام من الكينا النجابية ، و١٠٠ جرام من بذر الجرجير المسحوق ، وصفار سبع بيضات بلدى ، يغلى الجميع فى كيلو ونصف سمناً بلدياً بقرياً .

تؤخذ ثلاث ملاعق كبيرة قبل الجماع بثلاث ساعات .

(٣٠)

مسحوق ٢٥٠ جراماً من بذر الكرفس ، و٢٠٠ جرام سكر نبات ، يتم عجنهم بالسمن البلدى ، ثم توضع ملعقة كبيرة فى كوب حلبة ، تحلى بملعقة من العسل وتشرب صباحاً ومساء .

(٣١)

٢ جراما زنجبيل ، نصف جرام فلفلاً أسود ، ٢ جراما خولنجان تضاف لمسحوق المواد السابقة مع كوب حلوب ساخن (يغلى) وتترك من المساء إلى الصباح ويضاف ٥ جرامات من خميرة البيرة وملعقتان من عسل النحل مع ٢١٠ جراماً بندق أو فول سودانى، ثم تؤكل .

(٣٢)

يؤخذ كميات متساوية من الحبة السوداء (حبة البركة) واللبان الدكر ، ويتم طحنها معاً ، ثم يعجن الناتج بزيت الزيتون .

يؤخذ ملعقة صغيرة يومياً [1] .

(٣٣)

نصف فنجان من عصير البصل ، ثم يضاف إليه مسحوق جرامين من القرفة ومسحوق جرامين من المحلب ومسحوق جرامين من الزنجبيل .. ، ثم يضاف إلى الخليط السابق إصبعان من الموز ، وعلى المخلوط ملعقة كبيرة من عسل النحل ، وتؤكل كاملة قبل الإفطار يومياً ، علي أن تستخدم طازجة .

(٣٤)

يوضع فنجان من الحليب المغلى على جرامين من الخولنجان ويغطى ، ثم يترك حتى يصبح دافئاً ويشرب على الريق يومياً ، ويكرر عند النوم .

---

(١) يحفظ فى الثلاجة فى إناء محكم الغلق ، ومدة الصلاحية ٢٠ يوماً .

(٣٥)

ملعقة عسل نحل يضاف لها جرامان زنجبيلاً ، وجرامان قرفة مطحونة ، تؤخذ على الريق يومياً .

(٣٦)

٧٥ جراماً من الثوم مقشراً ومفروماً ، يضاف إليه ١٥٠جراماً من الحليب البقرى ، ويرفع الجميع على نار هادئة حتى يتماسك قوامه .

فى إناء آخر يخلط ١٥٠ جراماً عسل نحل ، مع ٥ جرامات جوز الطيب ، و١٥ جراماً زنجبيل ، ٥ر٧ جرامات قرنفل ، ٥ر٧ جرامات زغفران ، ٥ر٧ جرامات سمبل ، و٥ر٧ جرامات فلفل أسود .

يضاف الخليطان إلى بعضهما ، يؤخذ ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى مساء. يحفظ الباقى مقسماً على جرعات صغيرة صباحاً وأخرى مساء .

يحفظ الباقى مقسماً على جرعات صغيرة فى مجمد الثلاجة (الفريزر) .

(٣٧)

جرام واحد من كل من بذور الكرفس والجرجير والقرفة والزنجبيل وكلها مطحونة ، ثم يضاف لها فص ثوم مهروس جيداً ، يضاف للجميع ملعقة عسل نحل كبيرة ، ويؤخذ صباحاً ومساء .

(٣٨)

١٠٠ جرام من ثمار الجزر المسلوقة جيداً على النار ، يصب عليها ٢٠٠ جرام عسل نحل ، يغلى غلية خفيفة .. ، بعد أن يبرد يضاف إليه ٥ر٧ جرامات زنجبيل ، ٥ر٧ جرامات قرنفل + ٥ر٧ جرامات محلب + ٥ر٧ جرامات كبابة ، تؤخذ ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى مساءً .

(٣٩)

تؤخذ أجزاء متساوية بالوزن من الزنجبيل والفلفل الأسود ونور الفجل والقرنفل والمستكة ، تطحن جيداً مع بعضها .. تخلط بعسل نحل ثم تغلى غلية خفيفة حتى يغلظ قوامها .

تؤخذ ملعقة كبيرة كل مساء .

(٤٠)

يؤخذ ١٠٠ جرام حمص مطحون ، ومطحون ١٠ جرامات من كل من الخولنجان ، الحبهان المقشور الزعفران .

يضاف لما سبق ١٦٠ جراماً عسل نجل منزوع الرغوة وتخلط جيداً . تؤخذ ملعقة صغيرة صباحاً وأخرى مساء حتى تنتهى الكمية .

(٤١)

يؤخذ ٢٠ جراماً من كل من : حبة البركة ، والقرنفل ، والخولنجان ، وبذر الفجل .

يعجن الجميع بعسل نحل دافىء منزوع الرغوة يؤخذ ملعقة كبيرة يومياً .

(٤٢)

تخلط كميات متساوية من القرفة وبذر القطن وبذر البقدونس والكرفس .. ، ثم تعجن بعسل النحل ، وتؤخذ منها ملعقة كبيرة يومياً .

(٤٣)

يسقى خليط مكون من أجزاء متساوية من حبة البركة المطحونة والحلبة المطحونة تسقى بثلاثة أمثاله زيت زيتون ويرفع على النار حتى يشرب الزيت ، وبعد أن يبرد يضاف إليه كمية من القرنفل المطحون مساوية لكميتى الحلبة وحبة البركة معا .

ثم يعجن بعسل منزوع الرغوة ، تؤخذ ملعقة كبيرة يومياً .

(٤٤)

تؤخذ أجزاء مطحونة متساوية من الزنجبيل والخولنجان وبذر الكتان والقرنفل ، وتعجن بعسل منزوع الرغوة .

يؤخذ منها ملعقة صغيرة فى الصباح وأخرى فى المساء .

(٤٥)

يخلط مطحون بذر البصل مع ضعف وزنه عسل نحل . يؤخذ منه على الريق ملعقة كبيرة يومياً .

(٤٦)

يؤخذ كيلو عسل نحل ثم تنزع رغوته .. ، ثم يترك ليغلى مع نصف كيلو سمن بلدى و ١٥٠ جراماً من الهليون المطحون و ١٥٠ جراماً من بذر الجرجير .

تؤخذ ملعقتان على الريق يومياً .

(٤٧)

يغلى ٢٥ جراماً من قشور الجوز الأخضر (القشرة الخارجية قبل النضج) فى لتر ماء على نار هادئة لمدة نصف ساعة .

يشرب منه قدر فنجان قهوة قبل كل طعام .

(٤٨)

يؤخذ حب الهال (الحبهان) مسحوقاً أو مشروباً مع تحليته بالعسل الأبيض .

(٤٩)

لعلاج العقم

كوب من الحبة السوداء المطحونة .

كوب من حب الرشاد الناعم .

ثلثا كوب من الحلبة المطحونة .

ربع كوب من المرة الناعمة .

طريقة الاستعمال :

تخلط المقادير السابقة مع بعضها جيداً وتحفظ فى إناء جاف فى الثلاجة تؤخذ يومياً ملعقة متوسطة من الخليط السابق ، يضاف إليها ملعقة كبيرة من عسل النحل ، ويضاف إليها أنبوبة من غذاء ملكات النحل ، يتم بلع العجينة بقليل من الماء ، وذلك قبل الإفطار بربع ساعة .

ثم يشرب بعدها كوبٌ من الحليب الطازج مع إضافة ملعقة كبيرة من شراب الشعير المحلى بالعسل إليه .

يستمر تعاطى العلاج لمدة لاتقل عن اربعين يوماً .

وصفة أخرى لعلاج العقم :

طلع النخيل مع عسل النحل .

ويمكن إضافة الزعتر والكرفس للطلع بدل العسل أو معه لتحسين الطعم وللتقوية .

وصفة ثالثة :

يبشر رطل من الجزر ، ويغلى على النار حتى ينضج تماماً ، ثم يضاف إليه بعد النضج عسل النحل ، حتى إذا أصبح سميكا يضاف إليه نصف أوقية من كل من العود الهندى ، القرفة ، الزنجبيل ، والحبهان ، وجوزة الطيب . ثم يرفع من على النار .

يؤخذ منه ملعقة كبيرة يومياً .

القدرة الجنسية للرجل

مع بداية سن البلوغ ، وبتأثير إفرازات الغدة النخامية الموجودة فى المخ ، تبدأ الخصيتان بإفراز الهرمونات الذكرية بكمية كبيرة ، فتبدأ علامات الرجولة تظهر على الشاب كظهور شعر العانة والإبط والذقن وخشونة الصوت وزيادة حجم القضيب وزيادة إفرازات البروستاتا .

عند تعرض الشاب للمؤثرات الجنسية يحدث الانتصاب ولإحداث القذف فى الوصول إلى قمة المتعة الجنسية ، فقد يلجأ إلى ممارسة العادة السرية .

يكون الشاب فى مرحلة البلوغ سريع الإستجابة للموثرات الجنسية ، وقد يحدث الانتصاب لمجرد سماع صوت أو مجرد استعادة التفكير فى منظر مثير رآه سابقاً ، كذلك يكثر حدوث الانتصاب أثناء النوم ، وكذلك القذف وهو ما يعرف بالاحتلام .

تختلف القدرة الجنسية من رجل إلى آخر ، وعادة تقل الرغبة الجنسية مع تقدم العمر ، وليس هناك مقياس محدد لقياس قدرة الرجل الجنسية ، ولكن هناك تغييرات فسيولوچية مصاحبة لتقدم العمر تؤدى إلى اختلاف النشاط الجنسى ، ويجب أن تكون على علم ودراية بهذه المتغيرات . فالرجل فى العشرينات من عمره تكون سرعة استجابته للمؤثرات الجنسية عالية ، وبالتالى يحدث الانتصاب بسرعة . وقد يصاحب ذلك حدوث القذف أيضا بسرعة . يستطيع الرجل فى هذه السن معاودة الانتصاب مرة أخرى بعد فترة قصيرة ويمكن ممارسة المعاشرة الجنسية أكثر من مرة فى اليوم الواحد.

بعد الزواج ، بعدة شهور ، عادة ما يلجأ الرجل إلى الاعتدال فى الممارسة الجنسية وحتى سن الخمسين ، فإن ممارسة المعاشرة الجنسية من مرتين إلى ثلاثة مرات أسبوعياً تعتبر معدلاً طبيعياً حتى سن الخمسين ، المتعة الجنسية مسألة نسبية بين الزوجين وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالظروف النفسية المحيطة .

الضعف الجنسى عند الرجال

دأب الرجال على مر العصور والأزمان على النظر إلى القوة الجنسية على أنها مقياس الرجولة والفحولة ، وكذلك تعتبر المرأة كثرة معاشرته لها دليلاً على حبه لها . فإذا قصر فى ذلك ظنت أنه لايحبها وأنه متزوج من أخرى . مما يسبب فقدان الثقة بين الزوجين وبداية التوتر فى العلاقات الزوجية . وقد يكون الرجل مصاباً بضعف جنسى أو أن الجو النفسى غير مهيئ لهذه المباشرة .

الأسباب النفسية للضعف الجنسى :

الأنتصاب عملية فسيولوچية معقدة للغاية تحتاج إلى توافر عوامل نفسية وعضوية عديدة ، ولايحدث الانتصاب لمجرد الرغبة فى ذلك . وإن ما يحيط بالرجل من مؤثرات جنسية وعاطفية يؤثر بشدة على قوة إنطلاق الإشارات العصبية المنبهة لمركز الانتصاب العلوى فى المخ وسرعتها . وقد تكون المرأة مسئولة عن هذا الضعف بعدم اهتمامها بنفسها وإهمال دورها الإيجابى فى المعاشرة مثل مداعبة الرجل وإحاطته بحلو الحديث.

هناك عديد من المشاكل الاجتماعية والمالية وظروف الحياة المحيطة التى تطغى على تفكير الرجل دائماً ، فتجعل ذهنه مشغولاً ويحس بالقلق والأرق وعدم التركيز ، وربما الاكتئاب ، مما يجعله يفقد رغبته الجنسية .

والحزن أيضاً من العوامل النفسية المهمة لضعف الانتصاب . وقد ينشأ عن مرض أو موت قريب أو صديق عزيز . والخوف من الفشل فى المجامعة قد يؤدى إلى الضعف الجنسى ، فالرجل يعتبر ان كل معاشرة جنسية هى اختبار حاد لقدرته ولرجولته ، فإذا ما سيطر عليه هذا الشعور وحدث خوف فى إحدى المرات نتيجة إرهاق أو انفعال نفسى، فإنه يتصور أنه فقد قدرته الجنسية ، فينعكس ذلك وبشدة على أدائه الجنسى . يجب أن ينظر كل من الزوج والزوجة إلى المعاشرة الجنسية على أنها ليست مجرد واجب اجتماعى لابد من تأديته من باب المجاملة وإثبات حسن النية .

الإرهاق الجسمانى أيضا يؤدى إلى الضعف الجنسى .

حيرة فى سن المراهقة :

وتبدأ الشكوى منذ سن المراهقة حيث تبدأ الممارسة الجنسية عن طريق العادة السرية التى قيل للفتى عن مضارها الكثير والتى ينهاه عنها المجتمع والدين ، وهو فى حيرة بين رغبته الجنسية وبين حقوقه على نفسه من مضار العادة السيئة وشعوره بالذنب لأنه يمارس ما هو محرم ، ويكون رد الفعل على جهازه الذى يضعه فى هذا الحرج فيشكو من آلام بالعضو والخصيتين وضعف الانتصاب وانكماش العضو مع عديد من القصورات المرضية ، مثل عدم التركيز والضعف العام وضعف النظر وارتعاش الأطراف وغير ذلك كثير وكلها ترجمة للخوف وتوقع العقاب المقابل للذنب .

الفشل فى فترة الشباب :

وفى فترة الشباب قد تنزلق قدمه إلى ممارسة الجنس وفى الغالب مع المحترفات وتحت تأثير الزملاء ، ويحدث الفشل المتوقع ، فهو يشعر أنه صغير إذ يقارن نفسه رغماً عنه بغيره من الرجال الذين زاولوا الجنس مع مثل هذه المرأة ويفقد الجنس رونقه إذا أصبح سلعة تباع وتشترى وليس العاطفة الرقيقة والرغبة المتبادلة - أضف إلى ذلك خوفه من العدوى وقفشات الزملاء - وكم شاب فقد ثقته بنفسه نتيجة مثل هذه التجربة الفاشلة . وحين يفكر الإنسان فى الزواج تساوره الشكوك فى مقدرته الجنسية سواء مارس الجنس من قبل أم لم يمارسه ، والذين يمارسون الجنس فى الحرام يعلمون أن ما كانوا يفعلونه خطأ ويخشون العقاب . والعقاب من نوع العمل ، أى يتوقعون الفشل فى الحلال عقاباً عادلاً لما بدر منهم فى حق غيرهم فى الحرام ، أما الذين لم يمارسوا الجنس قبل الزواج فخوفهم منشؤه عدم وجود الخبرة السابقة والخوف من الفشل لا يعدو أن يكون خوفاً من المجهول .

الجهل بعد الزواج :

وعند الزواج يفشل كثير من الأزواج .. وفى أغلب الأحوال يكون السبب هو عدم المعرفة بالجنس وطريقة الأداء ، أو يظن أن المسألة طبيعية ولكنه يفاجأ عند التنفيذ بأن

المسألة تحتاج إلى معرفة وطريقة لا يدرى عنها شيئاً فيفشل ، وحين يفشل يضطرب ويخاف فيحاول مرة ومرات ، وقد يصيب وقد يخطىء ثم تبدأ المشاكل من ناحية أهل الزوجة الذين يريدون أن يطمئنوا على مستقبل ابنتهم مما يؤثر أكثر على نفسية الزوج المسكين ويضعف من أدائة أكثر وأكثر ، فيكره العملية الجنسية . وهو لا يقوم بها إلا لينهى إشكاله مع إصراره بدون عاطفة أو رغبة أو شوق ، مما يؤثر فعلاً على انتصابه ويصبح ما كان يخاف حدوثه أمراً واقعاً ، وواجب الشاب فى مثل هذه الأحوال أن يأخذ المعلومات الجنسية السليمة من الطبيب وكذلك الزوجة حتى لا تقلق من اضطرابات الأيام الأولى للزواج وحتى لاتخاف من تمزيق غشاء البكارة وحتى تساعد زوجها بدل أن تقاومه .

الفتور فى وسط العمر :

وفى وسط العمر يشكو الأزواج من فتور الرغبة وقلة الهمة . ويكشف الطبيب ويحلل ويجد أن الصحة سليمة والجهاز التناسلى مازال بخير ، ويحار الزوج ويتساءل عن السبب مادام سليماً ، والأسباب فى معظم الأحوال بسيطة ومقسمة بين الزوج والزوجة، فمع تكرار العملية الجنسية تحت نفس الظروف والمكان تفقد كثيراً من جاذبيتها فتصبح عملية روتينية ، ويساعد على ذلك انشغال الزوجة بمنزلها عن نفسها ، وانشغال الزوج بعمله ومشاكله وأصدقائه عن منزله ، فيصبحان شخصين غريبين يعيشان بفكرهما كل فى عالمه المستقل ، وإن كانا يعيشان بجسديهما فى فراش واحد .

والجنس هو التعبير الصحيح الكامل للحب ، المتبادل ، فإذا ضعف الحب ضعف الجنس ، ويكون الخطأ الأكبر من ناحية الزوج حيث يعتبر الزوجة مجرد متاع يباشر معها الجنس حيث يريد بصرف النظر عن استعدادها وتقبلها والمفروض أن أساس دوام الجنس فى الزواج هو استمرار تفاهم الزوجين ومحبتهما وتعاونهما ثم التسامح والتراضى .

الضعف فى خريف العمر :

وفى خريف العمر حين تتقدم السن ويشيب الشعر ويتجعد الوجه يكون الرجل أشد حساسية من ناحية الجنس ، فهو بالنسبة له مقياس لصحته وقوته والرجل العاقل يتقبل بعض الضعف نتيجة طبيعية لكبر السن ، ولكنه يرفض قطعاً أن يحرم منه كلية ، وله كل العذر ، فالجنس لا يفقد ، والحب يعوض ما يطرأ على الجنس من نقص ، وقد يكون سبب الضعف الجنسى تصلب الشرايين أو ارتفاع ضغط الدم أو هبوط فى القلب ، ويجب استشارة الطبيب ولا يتعاطى الرجل هرمونات من تلقاء نفسه لأنها سلاح ذو حدين .

الأسباب العضوية للضعف الجنسى

١- الأدوية والعقاقير :

هناك عديد من الأدوية التى تستخدم فى علاج أمراض شائعة ، ولكن لهذه الأدوية آثار جانبية تؤثر على النشاط الجنسى عند الرجل : وتختلف حدة هذه الآثار من مريض إلى آخر ، وهى فى كثير من الأحيان ترتبط بالجرعة المستخدمة ومدة استخدام الدواء - وقد يحدث ضعف للرغبة الجنسية عند الرجل أو تأثيره على القذف ، فقد يقل أو ينعدم خروج السائل المنوى ، وهذه الأدوية التى قد تؤثر فى القوة الجنسية مثل أدوية علاج ارتفاع ضغط الدم ، والأدوية المهدئة والمنومة ، وأدوية علاج الاكتئاب النفسى ، وأدوية علاج قرحة المعدة وعلاج زيادة نسبة الكوليسترول فى الدم وعلاج هبوط القلب مما يؤدى إلى ضعف الرغبة الجنسية مع طول مدة استخدامها .

٢- إدمان المخدرات والكحوليات والتدخين :

يتصور بعض الناس أن المخدرات مثل الحشيش والأفيون والهروين والكوكايين تزيد من الإحساس بالنشوة الجنسية ، وتؤدى إلى إطالة مدة الانتصاب مع تأخير القذف ، وهذا ، للأسف ، إحساس كاذب ، فهو ناتج عن عدم الإحساس الدفين بالوقت والتقدير الخاطىء للإدراك الحسى ، وهذا ناتج عن تأثير المخدر ، وهذه السموم الفتاكة مع

إدمان الخمر تأتى بآثار سلبية شديدة على الرغبة الجنسية وقوة الانتصاب ، فهى تؤدى بطريق مباشر وغير مباشر إلى ضعف تدفق الدم إلى القضيب أثناء الانتصاب نتيجة ضيق شرايين القضيب ، كذلك تؤثر على إفراز الهرمونات الذكرية وطرق تمثيلها مما يؤدى إلى انخفاض نسبتها فى الدم أو ضعف تأثيرها على الجهاز التناسلى .

التدخين ، أيضا ، له أثار سلبية سيئة على شرايين القضيب مثل تأثيرها على شرايين القلب تماماً ، فهو يساعد على تصلب الشرايين وعدم قدرتها على الاتساع الكامل لتدفق الدم اللازم لحدوث الانتصاب . ويجب أن ندرك أن هذه الآثار السلبية تكون مستديمة ، ولذلك فالوقاية خير من العلاج .

٣- إصابات العمود الفقارى والحوض :

كسور العمود الفقارى أو الحوض والتى تنشأ غالباً من حوادث الطرق والمصادمات تؤدى إلى إصابة الجهاز العصبى المسئول عن نقل الإشارات العصبية للقضيب وشرايينه ، وقد تؤدى الإصابة إلى ضيق أو انسداد كامل لشرايين القضيب مما ينتج عنه غياب الانتصاب تماماً .

إصابة الجهاز العصبى عادة ما يؤدى أيضا إلى عدم خروج السائل المنوى عند القذف ، وذلك نتيجة عدم قدرة عنق المثانة على الانفلاق ، وبالتالى يندفع السائل المنوى إلى الداخل ، أى إلى المثانة بدلاً من قذفه إلى الخارج مما يؤدى إلى عدم القدرة على الإنجاب .

٤- العمليات الجراحية فى البطن :

أثناء إجراء العمليات الجراحية الكبيرة فى البطن ، مثل استئصال أورام خبيثة فى المثانة أو البروستاتا أو القولون ، يحدث إصابة للشبكية العصبية الموصلة بين مركز الانتصاب السفلي والقضيب لايمكن للجراح تجنبها فينتج عن ذلك غيب الانتصاب . ويجب على الجراح إعلام المريض قبل إجراء العملية الجراحية بإمكانية حدوث ذلك بعد العملية ، وأن الأولوية فى الجراحة لاستئصال الورم الخبيث وليست المحافظة على

أعصاب الانتصاب ولعل استخدام دعامات الانتصاب قد حل هذه المشكلة إلى حد كبير. وليعلم أن استئصال التضخم الشيخوخى للبروستاتا ، سواء بالمنظار أو الجراحة لا يؤثر على أعصاب الانتصاب ولا يؤدى إلى ضعف الانتصاب ، ولكنه يؤدى إلى دخول السائل المنوى إلى المثانة أثناء القذف وبذلك يفقد الرجل القدرة على الإنجاب فقط .

٥- البول السكرى :

يؤدى إلى ضعف الانتصاب فى حوالى ٥٠٪ من المرضى ، وعادة ما يحدث ذلك بعد حوالى ١٠ - ١٥ سنة من بداية علاج البول السكرى . وينتج ذلك من تأثير البول السكرى على أعصاب الانتصاب حيث تقل حساسيتها وسرعة انتقال الإشارات العصبية فيها ، وكذلك يؤدى البول السكرى إلى سرعة ترسب الكوليسترول فى شرايين القضيب مما يؤدى إلى صلابتها وضيقها وعدم اتساعها بالدرجة الكافية لاندفاع الدم لإحداث الانتصاب ، ولذلك ينصح مرضى البول السكرى بالاهتمام بتعليمات الطبيب المعالج فيما يتعلق بعينات الطعام ونوعياته لتجنب ضعف الانتصاب أو تأخره .

٦- الفشل الكلوى والكبدى :

المرضى المصابون بالفشل الكلوى أو الكبدى عادة ما يصابون بنقص الرغبة الجنسية وضعف الانتصاب ، ويرجع ذلك بدرجة كبيرة إلى تأثير هذه الأمراض على دورة الهرمونات الذكرية فى الجسم .

٧- تليف النسيج الإسفنجى للقضيب :

قد يحدث تليف للنسيج الإسفنجى للقضيب فيفقد قدرته على التمدد والاتساع بدرجة تكفى لحدوث انتصاب مقنع ، وقد يحدث هذه التليف نتيجة الإصابة بمرض البيرونى وهو مرض غير معروفة أسبابه تماماً ، ويؤدى إلى حدوث الانتصاب لمدة طويلة (أكثر من ٦ ساعات) وهو ما يعرف بالبرايزم إلى تلف النسيج الإسفنجى للقضيب وتليفه ، قد يحدث البرايزم دون أسباب محددة فى حوالى ٥٠ فى المائة وقد يصاحب بعض أمراض الدم أو ينتج عن حقن أدوية داخل القضيب بجرعات أكبر مما يحتاج المريض حقنه .

كسور القضيب قد تؤدى - إذا أهمل علاجها -- إلى تليف النسيج الإسفنجى ويحدث كسر القضيب إذا تعرض القضيب وهو منتصب إلى إصابة مباشرة مثل السقوط المفاجىء على الأرض أو انحناء القضيب يحدث بعده انتفاخ وزرقة نتيجة تجمع الدم تحت الجلد ، وقد ثبت أن علاج هذه الحالات جراحياً ومبكراً قد يمنع حدوث التلف فى النسيج الإسفنجى .

٨- سرعة تسرب الدم من القضيب :

قد يصاب المريض بعدم قدرة أوردة القضيب على الانغلاق المؤقت أثناء الانتصاب ، وبالتالى لا يحدث تجمع واحتباس كاف للدم داخل القضيب ، وفى هذه الحالات عادة ما يحدث انتصاب قوى فى البداية ، ولكنه سرعان ما يضعف ويزول قبل المعاشرة الجنسية ، والأسباب المباشرة لحدوث مثل هذه الحالات غير معروفة تماماً ، ولكن من المؤكد أن التدخين وممارسة العادة السرية بكثرة أو استعمال البخاخات والدهانات لإطالة مدة الانتصاب تؤدى إلي مثل هذه الخلل فى أوردة القضيب ، ولذلك ينصح بعدم استخدام مثل هذه المواد حيث إنها تؤدى إلى إطالة مدة الانتصاب فى بادىء الأمر ثم ينتهى الأمر بضعف شديد فى الانتصاب .

٩- نقص الهرمونات الذكرية :

كما هو معروف فإن الهرمونات الذكرية هى المسببة للشعور بالرغبة الجنسية ونشاط الجهاز التناسلى فى الرجل ، وبالتالى فإن نقصها أو إضعاف عملها يؤدى إلى ضعف الرغبة الجنسية وإلى إضعاف الانتصاب وهذا النقص يؤدى إلى الضعف الجنسى العضوى فى حوالى ٥-١٠ فى المائة من المرضى ، وقد يكون ذلك نتيجة بعض الأورام خاصة فى الغدة النخامية بالمخ أو استخدام أدوية تؤثر على إنتاج الهرمونات الذكرية من الخصية مثل العلاج الكيماوى والعلاج الإشعاعى للأورام السرطانية أو أدوية إنقاص المناعة .

وجدير بالذكر أن تناول الهرمونات الذكرية عن طريق الحبوب أو الإبر ، يؤدى إلى توقف إنتاج الخصية للهرمونات مما يؤدى إلى نتائج عكسية ولذلك لابد من الإشراف الطبى التام .

١٠- تصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب .

يحدث تصلب الشرايين عادة مع تقدم العمر نتيجة ترسب الكوليسترول فى جدران الشرايين مما يجعلها غير قادرة على التمدد بطريقة سلسة تسمح بمرور الدم بشكل طبيعى إلى الأنسجة ، وقد يحدث تصلب الشرايين فى السن المبكرة نسبياً نتيجة تناول الشحوم بنسبة عالية مع عدم ممارسة الرياضة أو قلتها ، وكذلك إدمان الكحوليات والتدخين والمخدرات ، هذا التصلب يحدث لشرايين الجسم عامة وخاصة الشرايين الدقيقة مثل شرايين القلب مما يؤدى إلى الذبحة الصدرية . نفس التغيرات تصيب شرايين القضيب فيؤدى إلى عدم قدرتها على التمدد بدرجة كافية تسمح باندفاع الدم لإحداث الانتصاب ، وقد يحدث تصلب الشرايين نتيجة ثانوية لبعض الأمراض المزمنة مثل الفشل الكلوى المزمن والبول السكرى واضطرابات بعض الغدد الصماء .

١١- التهابات البروستاتا والجهاز البولى :

من الشائع عند الرجال أن التهابات البروستاتا تؤدى إلى الضعف الجنسى .. والحقيقة أنه ليس هناك علاقة مباشرة بين التهابات البروستاتا وحدوث الضعف الجنسى . ولكن التهابات البروستاتا قد تؤدى إلى آلام عند الانتصاب أو عند قذف السائل المنوى ، وقد تؤدى إلى سرعة القذف ربما قبل حدوث انتصاب كامل ، وكل هذه العوامل قد تؤدى إلى محاولة الرجل تجنب المعاشرة الجنسية فيؤدى إلى ضعف الانتصاب الجنسى .

وقد تؤثر التهابات البروستاتا المزمنة على قدرة الإنجاب عند الرجل نتيجة تأثير هذه الالتهابات على إفراز سائل البروستاتا اللازم لحياة الحيوانات المنوية ونشاطها وحيويتها .

التهاب الجهاز البولي أيضا قد يؤدى إلى آلام فى القضيب خاصة عند الانتصاب مثل فرجة المثانة والتهابات المثانة الحادة والتهابات مجرى البول .

تحريم الزواج من الزانية
حتي تتوب

أما نكاح الزانية ، فقد صرح الله سبحانه وتعالى بتحريمه فى سورة النور ، وأخبر أن من نكحها ، فهو إما زان وإما مشرك : فإنه إما أن يلتزم حكمه سبحانه ويعتقد وجوبه عليه ، أولاً ، فإن لم يلتزمه ولم يعتقده ، فهو مشرك ، وإن التزمه واعتقد وجوبه وخالفه، فهو زان ، ثم صرح بتحريمه فقال : ﴿وَحُرِّمَ ذَٰلِكَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ﴾ (النور : ٣) .

وقال تعالى : ﴿الْخَبِيثَاتُ لِلْخَبِيثِينَ وَالْخَبِيثُونَ لِلْخَبِيثَاتِ﴾ (النور : ٢٦) . والخبيثات : الزوانى . وهذا يقتضى أن من تزوج بهن ، فهو خبيث مثلهن .

وأيضا : فمن أقبح القبائح أن يكون الرجل زوج بغى ، وقبح هذا مستقر فى فطر الخلق ، وهو عندهم غاية المسبة .

وأيضا : فإن البغى لا يؤمن أن تفسد على الرجل فراشه ، وتعلق عليه أولاداً من غيره.

وأيضاً : فإن النبى (ﷺ) فرق بين الرجل وبين المرأة التى وجدها حبلى من الزنى .

وأيضا فإن مرثد بن أبى مرثد الغنوى استأذن النبى (ﷺ) أن يتزوج عناق وكانت بغياً ، فقرأ عليه رسول الله (ﷺ) آية النور وقال : «لاتنكحها» .

المحرمات من النساء

حرم الله تعالى الأمهات ، وهن كل من بينك وبينه إيلاء من جهة الأمومة أو الأبوة ، كالأم وأمهات الآباء وأجداده من جهة الرجال والنساء وإن علون .

وحرم البنات وهن كل من انتسب إليه بولادة ، كبنات صلبه وبنات بناته ، وأبنائهن وإن نزلن .

وحرم الأخوات من كل جهة :

وحرم العمات : وهن أخوات آبائه وإن علون من كل جهة .

وأما عمة العم ، فإن كان العم لأب ، فهى عمة أبيه ، وإن كان لأم ، فعمته (أى عمة العم لأم) أجنبية منه ، فلا تدخل فى العمات وأما عمة الأم ، فهى داخلة فى عماته ، كما دخلت عمة أبيه فى عماته .

وحرم الخالات : وهن أخوات أمهاته وأمهات آبائه وإن علون ، وأما خالة العمة ، فإن كانت العمة لأب فخالتها أجنبية ، وإن كانت لأم فخالتها حرام ، لأنها خالة ، وأما عمة الخالة ، وإن كانت الخالة لأم ، فعمتها أجنبية ، وإن كانت لأب ، فعمتها حرام ، لأنها عمة الأم .

وحرم الأم من الرضاعة ، فيدخل فيه أمهاتها من قبل الآباء والأمهات وإن علون ، وإذ صارت المرضعة أمه ، صار صاحب اللبن (زوجها) أباه ، وآباؤه أجداده ، ولزم من ذلك أن يكون أخواتهما وأخواتها خالات وعمات للرضيع ، وأبناؤهما وأبناء المرضعة وزوجها ، إخوة للرضيع وأخوات ، فأخوالهما وخالاتهما أخوال وخالات له ، وأعمام وعمات له .

قال الرسول (ﷺ) : يحرم من الرضاع ما يحرم من النسب :

وحرم أمهات النساء ، فدخل فى ذلك أم المرأة (الزوجة) وإن علت من نسب أو رضاع، دخل بالمرأة أو لم يدخل بها . وحرم الربائب اللائى فى حجور الأزواج وهن بنات نسائهم المدخول بهن ، فتناول بذلك بناتهن ، وبنات بناتهن ، وبنات أبنائهن .

والأم تحرم بمجرد العقد على بنتها، ولا تحرم البنت إلا بالدخول بالأم وحرم سبحانه حلائل الأبناء ، وهن زوجات الأبناء ، ويدخل فى ذلك ابن صلبه ، وابن ابنه ، وابن ابنته (أى لا يتزوج زوجاتهن) وحرم سبحانه وتعالى نكاح من نكحهن الآباء (زوجات الآباء) .

وحرم سبحانه وتعالى الجمع بين الأختين .

وقضى رسول الله (ﷺ) : بتحريم الجمع بين المرأة وعمتها ، والمرأة وخالتها .

واستفيد من تحريم الجمع بين الأختين وبين المرأة وعمتها ، وبينها وبين خالتها ، أن كل أمرأتين بينهما قرابة لو كان أحدهما ذكراً ، حرم على الآخر ، فإنه يحرم الجمع بينهما ، وهذا كالجمع بين امرأة رجل وابنته من غيرها .

وحرم الزواج من المتزوجات :

والجدير بالذكر أن معنى المحصنات يأتي أحياناً بمعنى المتزوج والمتزوجة أو من سبق له الزواج أو سبقت لها الزواج .

ويأتي بمعنى العفيفة المطهرة عن الزنا .

قال تعالى : ﴿ الْمُحْصَنَاتِ الْمُؤْمِنَاتِ فَمِن مَّا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُم ﴾ (النساء : ٢٤) .

قال تعالى :

﴿ وَلا تَنكِحُوا مَا نَكَحَ آبَاؤُكُم مِّنَ النِّسَاءِ إِلاَّ مَا قَدْ سَلَفَ إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَمَقْتًا وَسَاءَ سَبِيلاً ﴿٢٢﴾ حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أُمَّهَاتُكُمْ وَبَنَاتُكُمْ وَأَخَوَاتُكُمْ وَعَمَّاتُكُمْ وَخَالاتُكُمْ وَبَنَاتُ الأَخِ وَبَنَاتُ الأُخْتِ وَأُمَّهَاتُكُمُ اللاَّتِي أَرْضَعْنَكُمْ وَأَخَوَاتُكُم مِّنَ الرَّضَاعَةِ وَأُمَّهَاتُ نِسَائِكُمْ وَرَبَائِبُكُمُ اللاَّتِي فِي حُجُورِكُم مِّن نِّسَائِكُمُ اللاَّتِي دَخَلْتُم بِهِنَّ فَإِن لَّمْ تَكُونُوا دَخَلْتُم بِهِنَّ فَلا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ وَحَلائِلُ أَبْنَائِكُمُ الَّذِينَ مِنْ أَصْلابِكُمْ وَأَن تَجْمَعُوا بَيْنَ الأُخْتَيْنِ إِلاَّ مَا قَدْ سَلَفَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ غَفُورًا رَّحِيمًا ﴾.

(النساء : ٢٢ ، ٢٣) .

الكفاءة في الزواج

قال تعالى : ﴿ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِندَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ﴾ (الحجرات : ١٣) .

وقال تعالى : ﴿ إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ ﴾ (الحجرات : ١٠) .

وقال تعالى : ﴿ وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ ﴾ (التوبة : ٧١) .

وقال تعالى : ﴿ فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لا أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنكُم مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ بَعْضُكُم مِّنْ بَعْضٍ ﴾ (آل عمران : ١٩٥) .

وقال (ﷺ) : «لا فضل لعربى على عجمى ، ولا لعجمى على عربى ، ولا لأبيض على أسود ، ولا لأسود على أبيض ، إلا بالتقوى ، الناس من آدم ، وآدم من تراب» . (رواه مسلم) .

روى الترمذى عنه (ﷺ) : «إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فأنكحوه ، إلا تفعلوا، تكن فتنة فى الأرض وفساد كبير . قالوا : يارسول الله ! وإن كان فيه ! فقال : إذا جاءكم من ترضون دينه وخلقه فأنحكوه ، ثلاث مرات .

وزوج النبى (ﷺ) زينب بنت جحش القرشية من زيد بن حارثة مولاه ، وزوج فاطمة بنت قيس الفهرية القرشية من أسامة ابنه ، وتزوج بلال بن رباح بأخت عبدالرحمن بن عوف ، وقد قال الله تعالى : ﴿ وَالطَّيِّبَاتُ لِلطَّيِّبِينَ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ ﴾ (النور : ٢٦) . وقد قال تعالى : ﴿ فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُم مِّنَ النِّسَاءِ ﴾ (النساء : ٣) .

فالذى يقتضيه حكمه (ﷺ) اعتبار الدين فى الكفاءة أصلاً وكمالاً ، فلا تزوج مسلمة بكافر ، ولا عفيفة بفاجر ، ولم يعتبر القرآن والسنة فى الكفاءة أمراً وراء ذلك ، فإنه حرم على المسلمة نكاح الزانى الخبيث ، ولم يعتبر نسباً ولا صناعة ، ولا غنى ولا حرية، فجوز للعبد القين (الذى نشأ فى العبودية) نكاح الحرة النسيبة الغنية إذا كان عفيفاً مسلماً ، وجوز لغير القرشيين نكاح القرشيات ، ولغير الهاشميين نكاح الهاشميات ، وللفقراء زواج الموسرات .

مذاهب الفقهاء فى الكفاء :

قال مالك فى ظاهر مذهبه : إنها الدين ، وفى رواية عنه : إنها ثلاثة : الدين ، والحرية ، والسلامة من العيوب .

وقال أبوحنيفة : هى النسب والدين .

وقال أحمد فى رواية عنه : هى الدين والنسب خاصة ، وفى رواية أخرى :

هى خمس : الدين ، والنسب ، والحرية ، والصناعة ، والمال .

وعنه أن العرب بعضهم لبضع أكفاء ، وأن قرشيا لا يكافئهم إلا قرشى ، وبنو هاشم لايكافئهم إلا هاشمى .

وقال أصحاب الشافعى : يعتبر فيها الدين ، والنسب ، والحرية ، والصناعة ، والسلامة من العيوب المنفرة .

والعجمى عندهم ليس كفء للعربية ، ولا غير القرشى للقرشية ، ولا المنتسبة إلى العلماء والصلحاء كفء لمن ليس منتسبا إليهما ، ولا من به عيب مثبت للفسخ كفء للسليمة منه ، ولا الحجام والحارس كفء لبنت التاجر ، ولا المحترف لبنت العالم ، ولا الفاسق كفء للعفيفة ، ولا المبتدع للسنية ، والكفاء وعند الجمهور حق للمرأة والأولياء.

متى يجب الامتناع عن ممارسة الجنس بين الزوجين

هناك أوقات محددة يجب فيها الامتناع عن الجماع ، وهذه الأوقات هى :

١- أثناء فترة الحيض (الدورة الشهرية) .

٢- النزيف المهبلى .

٣- عند وجود إفرازات مهبلية لدى الزوجة ، فهذه الإفرازات . غالباً دليل على وجود التهابات لدى المرأة ، وهنا يجب التوقف عن الجماع لتتمكن الزوجة من العلاج على الوجه الأكمل لدى الطبيب وأيضا لإعطاء الجسم الفرصة لمقاومة هذا الالتهاب والتغلب عليه .

والتوقف عن الجماع فى هذه الحالة يحافظ على الزوجة من العدوى التى قد تصيبه من الزوجة ... وقد يكون الزوج نفسه هو مصدر العدوى حتى ولو لم يكن يشعر بوجود التهابات .

٤- وجود قطرات من الدم أثناء الحمل : وهذا يعرف بالإجهاض المنذر ويتم ذلك بأمر الطبيب المعالج .

٥- الفترة الأولى من الحمل : قد ينصح الطبيب بعض الأزواج بالتوقف عن الجماع أو الإقلال منه خلال الشهور الأولى من الحمل فى حالات معنية .

٦- فى الشهر الأخير من الحمل : يفضل التوقف عن الجماع فى هذه الفترة حتى لا تكون هناك فرصة لادخال ميكروبات إلى الجهاز التناسلى للزوجة .

٧- فى حالات مرضية معينة : قد ينصح الطبيب فى حالات مرضية معينة بالحد من الجماع أو الإقلال منه ، والطبيب هو الحد الفاصل هنا .

أضرار الجماع أثناء الحيض

فى أحد الأبحاث العلمية وجد أن نسبة ١٥٪ من السيدات كانت لهن علاقة جنسية مع أزواجهن أثناء فترة الحيض (أثناء الدورة الشهرية) واللقاء الجنسى (الجماع) أثناء فترة الحيض ممنوع تماماً ويجب الابتعاد عنه ، فالمرأة أثناء الحيض تكون معرضة للكثير من الأمراض التناسلية ، وممارسة الجماع يؤدى إلى التهاب المبيض وأحيانا يؤدى إلى العقم .

والمعروف أن الوسط المهبلى يميل إلى الحموضة ، وهذه الحموضة تعمل على قتل الميكروبات وحماية الجهاز التناسلى من الالتهابات ، أما أثناء الحيض فإن عنق الرحم ينفتح لكى تنزل دماء الحيض وسوائله ، فتعادل حموضة المهبل لأن الحيض قلوى التأثير بطبيعته ، ويصبح الجهاز التناسلى معرضاً للالتهابات والتى قد تمتد لتصيب المبيض وقناة فالوب ... ، وبتكرار اللقاء الجنسى أثناء الحيض تتكرر الالتهابات وقد يحدث انسداد فى قناتى فالوب مما يؤدى إلى العقم .

والالتهابات المهبلية تمتد لتصيب المثانة فتشعر المرأة بصعوبة فى التبول ، ويكون البول مصحوباً بصديد وزلال .

واللقاء الجنسى هو أقرب وسيلة من وسائل نقل البكتريا إلى المهبل ، وفى أثناء الدورة الشهرية يكون المهبل وسطاً صالحاً جداً لنمو الجراثيم وتكاثرها .

ولا تقتصر أضرار الجماع أثناء الحيض على الزوجة وحدها ، بل يصاب الرجل بأمراض عديدة نتيجة جماع الزوجة وهى فى فترة الدورة الشهرية ، فقد يصاب الرجل نتيجة الجراثيم بالتهابات فى العضو الذكرى ، وتمتد هذه الالتهابات إلى القناة البولية والمثانة والبروستاتا ، فيشعر الرجل بحرقان فى البول وصعوبة فى التبول مع نزول إفرازات صديدية من العضو الذكرى ، ثم يكون البول مصحوباً بدم وصديد ، مع آلام فى الحوض وأسفل الظهر ، وقد يصاب بالعقم أو الضعف االجنسى .

وقد وجد أن السائل المنوى للرجل يحتوى على مادة «البروستاجلاندين» والرحم لدى المرأة يفرز مادة مضادة «للبروستاجلاندين» ، وفى أثناء الدورة الشهرية فإن المادة المضادة تخرج مع دم الحيض (دم الدورة – الطمث) ، فيستطيع «البروستاجلاندين» أن يتسرب إلى جسم المرأة دون مقاومة فيحدث لها نقصاً شديداً فى المناعة مما يجعلها عرضة للهلاك بسبب أضعف الأمراض .

ولعلنا ندرك من هذا الحكمة الإلهية من تحريم جماع الحائض ، كما قال تعالى : ﴿ وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلا تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴾ (البقرة : ٢٢٢) . وفى حديث أبى هريرة (رضى الله عنه) أن النبى (ﷺ) قال : من أتى حائضاً [١] أو أمراة فى دبرها [٢] أو كاهناً فصدقه[٣] بما يقول فقد كفر بما أنزل على محمد(ﷺ).

(١) أى جامع امرأته أثناء فترة الحيض .

(٢) الجماع فى الدبر (فتحة الشرج) محرم شرعاً .

(٣) الكاهن : العراف والساحر والمنجم وقارىء الكف وضارب الرمل والودع وقارىء الفنجان والمنوم المغناطيسى .

نصوص صريحة واضحة ظهر وجه الإعجاز العلمى والطبى فيها قبل اكتشاف العلم الحديث لها .

الاعتدال فى ممارسة الجنس

الاعتدال فى كل شىء أفضل من الإفراط منه ... ، أما الاستغراق فى ممارسة الجنس يومياً أو لأكثر من مرة فى اليوم فهذا يؤدى إلى إرهاق الزوجين ، ولا يمكن أن يدوم هذا المعدل خاصة عندما يكبر الزوج وتبدأ قدرته الجنسية فى الانخفاض .

والجنس رياضة تحتاج إلى شىء من الراحة وضبط النفس لاستعادة النشاط والحيوية ، وليس يتم الجنس بآلات تدار بأزرار ، بل هو عواطف ورغبة وبمعدل مناسب.

والإسراف فى الجنس كالإسراف فى أى شىء آخر وله أضرار تتمثل فى الإرهاق والتوتر العصبى وقد يؤدى على المدى الطويل إلى العقم ، ويؤدى إلى خلل فى تصرفات الزوجين .

الأحلام الجنسية (الاحتلام)

الاحتلام ليس قاصراً على الذكور فقط ، بل هو ظاهرة تشمل الفتيات أيضاً ، والاحتلام هو : الأحلام الجنسية ، وقد ثبت أن الأنثى يمكن أن تحلم جنسياً لدرجة بلوغ النشوة وما يتبعها من وجود إفرازات مهبلية شاهدة على ذلك عند الاستيقاظ ، وثبت أيضاً أن الإحساسات المصاحبة للحلم الجنسى تشابه تماماً ما يحدث فى نفس الظروف أثناء اليقظة وبنفس الأسلوب المميز لكل شخص .

أسباب الحلم الجنسى :

الاحتلام ظاهرة طبيعية تصاحب رحلة البلوغ ، يساعد عليها الحالة النفسية للفتى أو الفتاة حيث يكون الذهن مشغولاً بمطالب الجنس نتيجة كثرة قراءة الروايات الغرامية المثيرة ، أو تخيل المشاهد والمواقف الجنسية ، أو النوم على الظهر ، أو تناول بعض الأطعمة الحريقة المملوءة بالبهارات ، أو حدوث احتكاك بين الملابس وبين الأعضاء

التناسلية ، أو احتقان فى الحوض نتيجة امتلاء المثانة بالبول مما يجعلها تضغط على عنق الرحم فى الأنثى ، أو نتيجة للإمساك حيث يحدث ضغط على المستقيم .

ويتبع أيضا الحالة النفسية المؤثرة الشحنات العاطفية قبل الذهاب للنوم كحديث هاتفى أو مقابلة عاطفية ... الخ .

والاحتلام يحدث فى سن المراهقة ، وللمتزوجين والأرامل والمطلقات ، ولا تسبب أية أضرار أو إجهاد .. ، فكل ما يحدث أثناء الحلم الجنسى - للمرأة إذا بلغت النشوة هو إفراز بعض الإفرازات المخاطية والمائية من جدار المهبل وعنق الرحم وغدد البارثولين الموجودة تحت الشفرين الكبيرين ، وكل هذه الإفرازات لا تشكل إجهاداً للجسم وكذلك الحال مع الرجال إلا إذا كان الاحتلام بمعدل كبير فيجب حينئذ استشارة طبيب .

حذار من فض الغشاء بالإصبع

من أخطر وأسوأ العادات التى لا تزال موجودة فى بعض الأوساط عادة فض غشاء البكارة بالإصبع ، وهى عملية مؤلمة وقاسية وخطيرة على الزوجة ، فقد تسبب نزيفاً شديداً للعروس يتطلب إجراء جراحة عاجلة لوقفه ، وينتج النزيف عن تهتك الجهاز التناسلى بفعل أصبع الزوج عند إجرائه لفض الغشاء بهذه الطريقة البشعة ، كما أنه يسبب صدمة عصبية وآلاماً نفسية للعروس ليلة زفافها لا تفارق مخيلتها طيلة حياتها.

والصواب : ترك هذه العادة والطريقة المذمومة الممقوتة القبيحة ، وترك الحرية للزوجين لفض الغشاء بالاتصال الجنسى الطبيعى (الجماع) وبتأنٍ وبلا استعجال .

إن الصعوبة التى يواجهها بعض الأزواج فى فض الغشاء يكون سببها إما الجهل بالتركيب العضوى للمرأة ومكان المهبل ومكان غشاء البكارة أو يكون سببه التوتر والخوف الذى يصاحب هذه العملية مع ما يشاع ويتردد من أوهام حول ليلة الزفاف الأولى وهو ما يزرع الخوف والرعب فى قلب العروس والعريس معاً .

لباقة الزوج ليلة الزفاف

لكى تمر ليلة الزفاف بأمان وسلام لابد أن يتصرف الزوج بلباقة ومودة .. ، وكم من زيجات كثيرة كتب لها النجاح نتيجة للتصرف السليم من الزوج فى الليلة الأولى للزواج.. وكم من زيجات كثيرة انتهت إلى الفشل الذريع أيضاً بسبب رعونة الزوج وجهله وتسرعه فى الليلة الأولى .

بعد فض الغشاء يجب أن يتجنب الزوج أى اتصال جنسى آخر فى هذه الليلة فإنه من المألوف أن هناك جروحاً عضوية بسيطة تحدث فى الأعضاء التناسلية للأنثى . وتختلف درجة هذه الجروح من سيدة لأخرى ، يضاف إلى ذلك أن هناك آلاماً قد تنتج عند أول اتصال بين الزوجين (الجماع الأول وفض الغشاء) ، وتختلف هذه الآلام من سيدة إلى أخرى أيضا ، فقد تكون حرقاناً فى الأعضاء التناسلية يستمر لعدة أيام ، أو تكون إحساساً بحدوث نوع من التمزق ... ، وعموماً تزول هذه الآلام حسب الاستعداد النفسى للزوجة ، وحسن تصرف الزوج ، وقد اتضح أن السيدات العصبيات يزداد إحساسهن عن غيرهن من الهادئات بهذه الأعراض ، وهذا لما يتصورنه من المخاوف والتصورات غير الحقيقية عن الليلة الأولى (ليلة الزفاف) .

إن خروج الزوج عن التصرفات الهادئة وقيامه بعملية فض الغشاء بصورة أقرب للعدوانية قد تؤدى إلى جروح بالغة بالجهاز التناسلى للمرأة ، والأولى أن تكون المودة والمحبة هى الظلال التى تظلل هذه الليلة الأولى ... من الافتراس والعدوانية .

إن إصابة الزوجة بالجروح البالغة فى الليلة الأولى نتيجة لرعونة الزوج وعدم ملاطفته وتهدئته لها قد يؤدى إلى شعور بالألم أثناء الاتصال الجنسى بصورة دائمة فيما بعد ، بل وقد يؤدى إلى كراهيتها لعملية الاتصال الزوجى كراهية واضحة طيلة حياتها بل قد يؤدى إلى كراهيتها لزوجها لاعتقادها أنه لا يريد سوى الاستمتاع فقط حتى ولو كان هذا الاستمتاع لا يتم إلا بافتراسها والاعتداء عليها بقسوة .

إن على الزوج أن يلاطف زوجته بقدر الإمكان ولا يبدأ فى الاتصال الجنسى فى الليلة الأولى إلا بعد أن تستسلم له تماماً ، خاصة إذا لم يكن بينه وبينها تعارف طويل سابق وفترة خطوبة طويلة ، فالخوف والأوهام وما سمعته مما سيحدث لها فى هذه الليلة (قبل زفافها) يجعلها فى حالة من الخوف والرعب من اللقاء الجنسى ، ويجب على الزوج أن يكسر هذه الخوف بمودته وملاطفته لا أن يعمل على زيادته برعونته وتسرعه وغلظته .

معتقدات خاطئة فى بداية شهر العسل

تتردد معتقدات كثيرة عن الزواج والعلاقة الزوجية فى بداية شهر العسل ومعظم هذه المعتقدات خاطئة ومغلوطة بالمرة وفيما يلى أشهرها :

١- أن الجرح الناتج عن فض غشاء البكارة خطير جداً ويجب استعمال وسائل عديدة لتلافى خطورته كالمطهرات القوية واستعمال الماء الساخن فى التشطيف المهبلى الخ ... ، وهذا فى الواقع أمر مبالغ فيه ، ولا مبرر له ، ولا يجب الخوف منه إلى هذه الدرجة ، بل فقط مطهرات عادية وفى ماء دافىء مع اتباع أسلوب النظافة الصحى والصحيح .

٢- أن العلاقة الزوجية (اللقاء الجنسى) بعد فض الغشاء يجب أن تزيد حتى لا يلتحم الغشاء مرة أخرى .

وهذا خطأ أيضاً فالغشاء لا يلتحم مرة أخرى بعد أن يتهتك فى أول لقاء جنسى ...، بل ينصح بترك الجماع ليوم أو يومين بعد فض الغشاء - للشفاء من الجروح البسيطة الناتجة عن فض الغشاء .

٣- أن نزول الدم الغزير نتيجة فض الغشاء أمر يحتاج إلى مقويات وفيتامينات عديدة وأغذية دسمة لتعويض الفاقد من هذا الدم .

وهذا خطأ أيضاً ، فإن كمية الدم التى تنزل نتيجة فض الغشاء غالباً لا تزيد عن بضع قطرات بسيطة لا تستوجب كل هذا الهلع والخوف .

هل الزواج يقتل الحب

تشكو بعض النساء أن أزواجهن لم يعودوا يرددون عبارات الحب . أحياناً تسأل الزوجة زوجها أما زلت تحبنى ؟ وهى تسأل هذا السؤال لحاجتها إلى سماع عبارات الحب والهيام ، وهذه متعة كبيرة فى حد ذاتها .

والحقيقة أن الزواج لا يقتل الحب بل يزيده عمقاً وأصالة ، ومن النساء من تظل بحاجة دائمة إلى سماع عبارات الحب من زوجها مهما مرت السنون وبصورة متكررة وإلا تشعر بالألم والتعاسة . بل والرجال أيضا بحاجة إلى سماع عبارات الحب والعشق من زوجاتهم . رغم أن فى الحياة المشتركة يجد الحب أشكالاً جديدة يعبر بها عن وجوده ويؤكد بها أصالته وعمقه ، والأعمال والمواقف تثبت وجود الحب .

والواقع أن الحب تعبر عنه محاولات الزوجة الجادة لتحقيق مزيد من التفاهم والانسجام ، وكذا الرغبة فى إنجاب طفل وآمالهما المشتركة كل هذا صحيح ، ولكنه لا يكون بديلاً عن سماع الحب والعرفان من الطرفين .

وهناك لحظات فتور تنتاب الحياة الزوجية من آن لآخر ، ولكن بالصبر والحكمة يزول هذا الفتور كسحابة لا تلبث أن تزول وتنقشع . عادة يتباهى المحبان بأنهما وحدة متكاملة لا فرق بينهما ولا تكليف والحقيقة أنه مهما كانت الروابط بينهما قوية وثيقة ، ومهما كان الانسجام بينهما كاملاً فسوف تظل لكل منهما ذاته ومزاجه وميوله وقدراته وطباعه وأفكاره ، وليكن هذا معلوماً لكلا الزوجين .

أهمية القبلة بين الزوجين

إن القبلة ضرورة ملحة بين الزوجين، فالحياة الزوجية لا يجب أن تخلو من العواطف.

والعلاقة الزوجية لابد أن يسبقها الكثير من المقدمات ، والقبلة من أهم هذه المقدمات، ولا يخفى عن الأذهان نفور كثير من الزوجات من العلاقة الزوجية بسبب جمودها وخلوها من القبلات فغاب عنهن الحمل والإنجاب لفترة طويلة .

والمداعبات التى تتم قبل المعاشرة الزوجية لها أهمية خاصة لا تخفى على لبيب ، فهناك بعض الغدد التناسلية الظاهرة التى تبرز سائلاً مخاطياً لزجاً يساعد على إتمام اللقاء الزوجى بلا ألم .

القدرة الجنسية والقدرة على الإنجاب ما الفرق بينهما؟

تختلف القدرة على ممارسة الجنس عن القدرة على الإنجاب ، فالقدرة الجنسية ترتبط بعوامل عضوية ونفسية وعصبية وبيئية واجتماعية . أما القدرة على الإنجاب ، فهذه ترجع لعوامل أخرى منها - بعد إذن الله وإرادته :

أ- أن تكون الحيوانات المنوية للرجل سليمة وحية وفى حالة طبيعية ولها نسبة معينة حتى يحدث الإخصاب .

ب- اعتبارات أخرى كثيرة يجب توافرها فى الزوجة ومنها :

سلامة الرحم ، والتبويض ... الخ .

من هنا فلا ارتباط بين القدرة الجنسية والقدرة على الإنجاب .

١- فإن هناك أشخاصاً يتمتعون بالقدرة والكفاءة الجنسية العالية والكبيرة ولكن لا يستطيعون الإنجاب .

٢- وإن هناك أشخاصاً ليست لهم قدرة جنسية عالية إلا أنهم يستطيعون الإنجاب.

خصوبة الرجل

إلى عهد قريب كانت نظرة المجتمع إلى المرأة على أنها هى المسئولة عن الإنجاب أو عدمه ، وهى أيضا المسئولة عن إنجاب الذكر أو الأنثى وحدها .. ، وهذا بالقطع خطأ.

ومما يؤسف له أن هذا الاعتقاد مازال سارياً لدى بعض الناس حتى يومنا هذا ... ولكن حقائق العلم تؤكد أن الزوج تقع عليه المسئولة أيضا عن عدم الإنجاب كما أنه هو المسئول الأول ووحده فقط عن إنجاب الذكور أو الإناث .

وقد يتمتع الرجل بقدرة جنسية وفحولة عالية إلا أنه لا يستطيع الإنجاب ، وتمثل حالات عدم الإنجاب نحو ٢٥٪ من الزيجات على وجه التقريب .

أسباب رئيسة لعدم الإنجاب عند الرجل :

أولاً : خلل أو نقص فى تكوين الحيوانات المنوية بواسطة الخصية وهذا يرجع إما لضعف خلقى وإما نتيجة لعوامل أخرى مكتسبة ، وأهم هذه العوامل المكتسبة هو ما يعرف بالخصية المعلقة فقد يتأخر نزول الخصيتين إلى كيس الصفن وقد تنزل واحدة فقط منهما دون الأخرى .. ، وهذا من العوامل المهمة لأن نزول الخصية فى كيس الصفن يجعل درجة حرارتها أقل من درجة حرارة الجسم بدرجتين أو ثلاث درجات ..، وهذا ضروى لتمكين الخصية من أداء وظيفتها الإنجابية السليمة .

وتأخر نزول الخصية فى كيس الصفن يؤدى إلى ضمور أنسجة الخصية وبخاصة الخلايا التى تعمل على تكوين الحيوانات المنوية وإنتاجها .

ويمكن أن يتمتع الرجل بقدرته الإنجابية إذا كانت الإصابة خصية واحدة وكانت الخصية الأخرى سليمة .

وهناك أمراض عديدة تؤثر فى قدرة الخصية على إنتاج الحيوانات المنوية السليمة مثل التهابات الخصية أو التهابات الغدة النكفية أو التهابات البربخ . إلى آخر ذلك ، ونقص الهرمونات ، وأمراض الغدة الدرقية والتعرض للإشعاعات المختلفة .

ثانياً : عوامل خارجية :

قد تكون الخصية سليمة إلا أن هناك عوامل تسبب نقصاً جزئياً أو كلياً فى كفاءة الخصيتين .. ، ومن هذه العوامل :

الإصابة بالحميات وما يصاحبها فى ارتفاع فى درجة الحرارة ... ، وهذه تؤدى إلى تقليل عدد الحيوانات المنوية .

النقص الشديد فى التغذية .

السمنة المفرطة .

وجود الدوالى أو القيلة المائية ، وهذه تعمل على الإقلال من تنظيم درجة حرارة الخصيتين .

ثالثاً : خلل أو إعاقة لحركة الحيوانات المنوية من الخصيتين عبر القنوات المنوية إلى الخارج أثناء القذف .

فقد يحدث ضيق فى القنوات المنوية نتيجة للإصابة بالبكتريا مما يعمل على إعاقة خروج المنى أثناء القذف ..، وهذا يؤثر بالطبع على القدرة الإنجابية للرجل .

السائل المنوى وأهميته

إن المطلوب أن يكون السائل المنوى بمواصفات معينة من ناحية اللون والرائحة ودرجة اللزوجة ، وأن يحتوى على خلايا ذكرية يتراوح عددها فى الشخص بين ٦٠ - ١٠٠ مليون خلية منوية فى كل سنتيمتر مكعب .

ويشترط أن تكون كل خلية سليمة الشكل والحركة والنشاط ، ولها القدرة على البقاء حية نشطة لمدة معينة ....، وأن تكون نسبة الحيوانات المشوهة قليلة .. ، كما يجب أن لا يكون هناك صديد وهو ينتج عن الالتهابات المزمنة .

مؤثرات أخرى على خصوبة الرجل

وأشهر هذه الأسباب الشائعة التى تؤدى إلى عدم الخصوبة هى دوالى الخصية وهى عرق متضخم فى الخصية قد يعوق إنتاج الحيوانات المنوية .

وفى تجارب لمعهد بحوث الخصوبة فى نيويورك ثبت أن تدخين الحشيش يعوق إنتاج الحيوانات المنوية .

وقد ثبت أيضا أن تلوث البيئة بالمبيدات الحشرية يؤثر على الخصوبة وهناك أعمال ومهن معينة كالخبازين أو غيرهم ممن يتعرضون للحرارة العالية لفترات طويلة يتأثرون بهذه الحرارة الشديدة من ناحية درجة خصوبتهم ... ، وكذلك من يرتادون الحمامات الساخنة (حمامات البخار) لساعات طويلة .

حب الشباب

أسباب حب الشباب :

١- الهرمونات .

٢- نقص فيتامين (A) .

٣- الأكل : أكل الكثير من الدهون ،النشويات والمكسرات والفول السودانى.

الأدوية وحب الشباب :

بعض الأدوية التى بها هرمونات وبعض الأدوية المهدئة للأعصاب تنشط الغدد الدهنية، وكذا الأدوية المحتوية على يود ، وكثيراً ما يظهر حب الشباب بعد الزواج عندما يزيد اهتمام السيدات باستعمال الكريمات والماكياج والامتناع عن استعمال الصابون والماء لتنظيف الوجه مما يعمل على سد فتحات الغدد الدهنية فتظهر الحبوب.

الالتهابات : وجود الإلتهابات الصديدية النشطة مثل التهاب حوض الكلى وبعض أمراض الكلى والأسنان والجيوب الأنفية والتهابات عنق الرحم يعمل على ظهور حب الشباب .

علاج حب الشباب :

١- غسل الوجه بالماء الدافىء والصابون عدة مرات يومياً ومراعاة النظافة العامة .

٢- علاج الأمراض التى لها صلة بحب الشباب كالأنيميا والالتهاب والبذر الصديدية، والإمساك وعسر الهضم ، واضطرابات الغدد والهرمونات .

٣- مراعاة أوعية الطعام والدواء .

٤- مركبات التتراسيكلين (كبسولة يومياً لمدة ثلاثة شهور) .

٥- غسولات ومراهم موضعية كمركبات السلف والكبريت وحامض السلسليك .

٦- الأشعة فوق البنفسجية .

٧- فيتامين A ، (B) المركب .

وينصح بعدم إزالة البثور والحبيبات عن طريق الضغط بالأصابع لضرر ذلك على الجلد .

من إصدارات المكتبة المحمودية

١- عجائب خلق السموات والأمراض .

٢- الأخبار الدقيقة فى بدء الخليقة .

٣- فتن إبليس ومكائده.

٤- لزوم السنة والتحذير من البدعة.

٥ - فضائل القرآن والأدعية والأذكار .

٦- الحيوان فى العلم والسنة والقرآن .

٧ - ما نهى عنه الرسول صلى الله عليه وسلم وما نفاه .

٨- هذا هو الإيمان .

٩- أحكام الخطبة والزواج .

١٠- ذكر الله .

١١ - علاج أمراض النفس والأبدان التى يسببها الجان .

١٢ - معجزات النبى .

١٣- نوادر جحا وأشعب .

١٤ - جمع الحسنات .

١٥ - صلاة الاستخارة الشرعية .

١٦ - ٣٣ سبب للخشوع فى الصلاة .

١٧ - الفرج بعد الشدة .

١٨ - كيف تنتصر على الشيطان .

١٩ - العالم ينتظر ثلاث .

٢٠ - أسرار خاصة للنساء اسلامياً وعلمياً .

٢١ - أركان الإسلام والأسرة فى الفقه الإسلامى .

٢٢ - حقوق الزوج والزوجة واداب اللقاء بينهما .

٢٣ - شرح الصدور بأسباب النجاة من عذاب القبور .

٢٤ - العلاج بالرقى .

٢٥ - فتاوى وأحكام فى الزكاة والصيام .

٢٦ - المسيح الدجال ويأجوج ومأجوج .

٢٧ - أهوال يوم القيامة .

٢٨ - رحلة الإسراء والمعراج .

٢٩ - مناسك الحج والعمرة .

٣٠ - فتح المنان فى إبطال السحر بالقرآن .

٣١ - حصن المسلم .

الفهرس